SAVEURS 170 • Sénégal • Bugey • Touraine • Cresson • Confiture • Mirabelle • Fromage de brebis • Bio

SAVEURS

LE MAGAZINE DE L'ART DE VIVRE GOURMAND • N°170 • SEPTEMBRE-OCTOBRE 2009 • 4,90

62 recettes pour une rentrée gourmande

SPÉCIAL VINS 2009

PRODUITS BIO
LAISSEZ-VOUS SÉDUIRE

Renversante
La tarte Tatin

Confiture
VIVE LE FAIT MAISON

Le samedi,
c'est dîner entre amis !

Touraine
LE POTAGER GÉANT DE LA FRANCE

Sénégal
LE BON GOÛT DE L'AFRIQUE

Sud-Ouest
UN FROMAGE DE BREBIS 100 % NATURE

T 05377 - 170 - F: 4,90 € - RD

EXCLUSIVITE NEFF : SENSO FLOW SYSTEM Quel bonheur ce premier café du matin, parfait et prêt instantanément. Que vous désiriez un savoureux expresso, un onctueux latte macchiato, ou toute autre boisson au café, la nouvelle machine à café automatique de Neff vous assure d'authentiques instants italiens sur simple pression d'un bouton. Pour tout savoir sur la nouvelle collection Armoniss, 0 892 698 210 (0,34 € TTC/mn) ou www.neff-electromenager.com

"Car maintenant,
avec la machine à café Neff,
mon premier expresso est prêt en un temps record"
Café
Expresso
Cappuccino
NEFF
nous innovons, vous réussissez

p. 34

p. 67

p. 103

Sommaire

SAVEURS N°170 – *septembre-octobre 2009*

AMUSE-BOUCHES

Cuisines et tendances... p. 8 **Résultat de notre jeu-concours**... p.12 **Sur le feu**... p.13
La table du mois... p. 16 **Restos et bistrots**... p. 18 **Pour l'apéro :** Grissini au romarin... p. 20

CUISINER

LE COIN DES GOURMETS EN COUVERTURE
Les produits bio Tout ce qu'il faut savoir pour s'y retrouver et bien les cuisiner ... p. 22

EN PRATIQUE
Bien ficelé Vous vous êtes toujours demandé à quoi pouvait bien servir une bobine de ficelle de cuisine ? La réponse en cinq recettes ... p. 31

UN PRODUIT/UNE RECETTE
Le thon blanc en boîte Une mine de bonnes choses et d'astuces gourmandes ... p. 36

LES IMPRÉVUS DE MARINE
Salade de lentilles et spéculoos Vos nouvelles recettes fétiche de cet automne ... p. 38

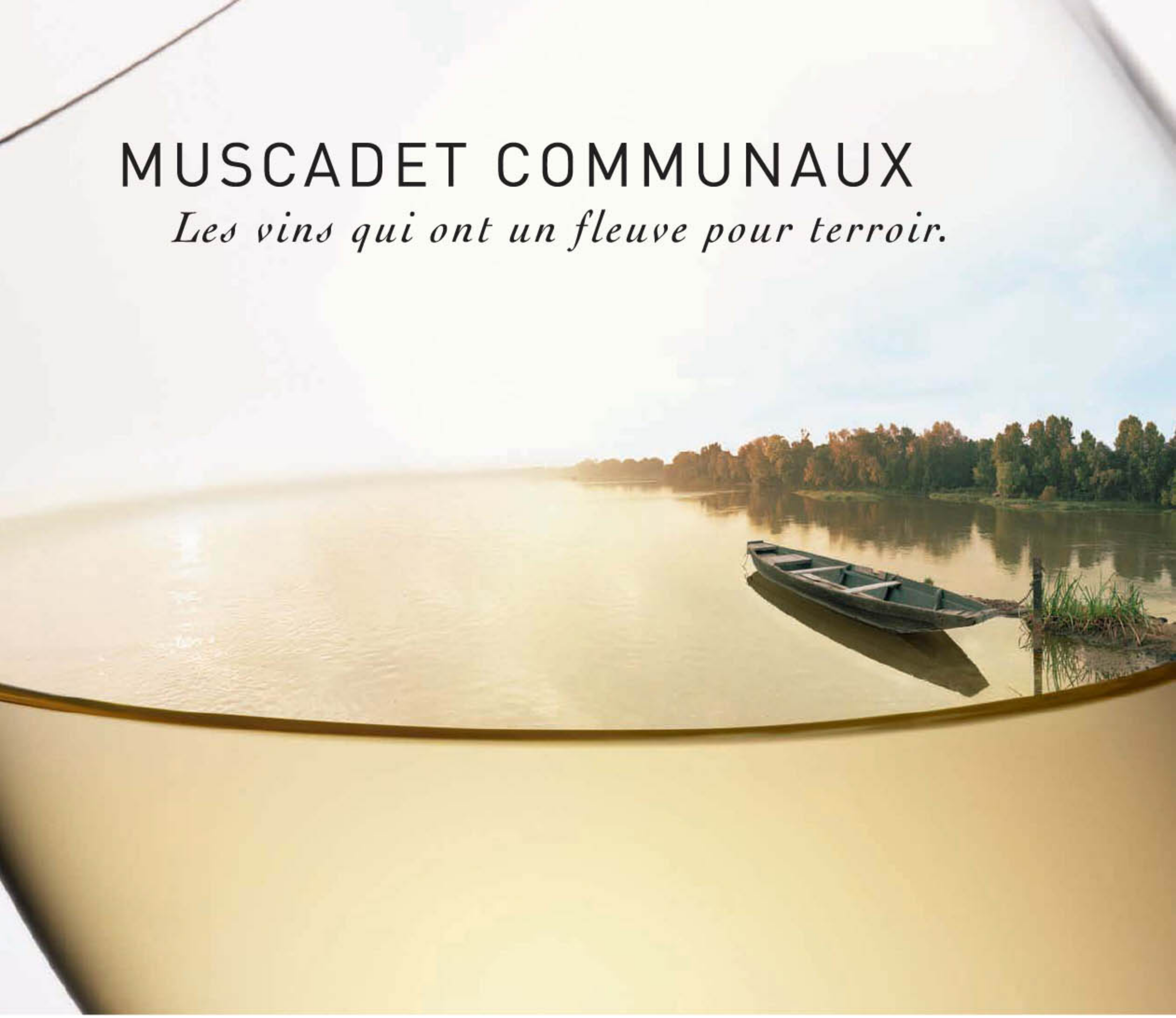
NOUVELLE RUBRIQUE
PLEINE SAISON
La mirabelle Vite, vite, vite ! Profitez-en avant que sa saison ne soit passée ! ... p. 42

COMME LE CHEF
Gigot d'agneau basse température Tous les secrets du chef Jean-François Piège pour obtenir une viande d'un moelleux à fondre ! ... p. 44

EN CUISINE EN COUVERTURE
Les confitures Et si vous faisiez découvrir à vos tartines le plaisir des confitures maison ? ... p. 46

ZOOM SUR…
Le cresson Le plein de verdure ... p. 51

LE PLAT DU SAMEDI…
La brandade de morue Un classique au goût du jour ... p. 54



Une robe élégante et une étonnante complexité d'arômes, découvrez ces **GRANDS BLANCS DE LOIRE** :

MUSCADET COMMUNAUX
VOUVRAY

vinsdeloire.fr

VINS DE LOIRE

jumpfrance

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

SOMMAIRE numéro 170

RECEVOIR

DÉCO GOURMANDE **EN COUVERTURE**
Petit dîner entre amis Ambiance cosy et design cherche bons petits plats à partager .... p. 56

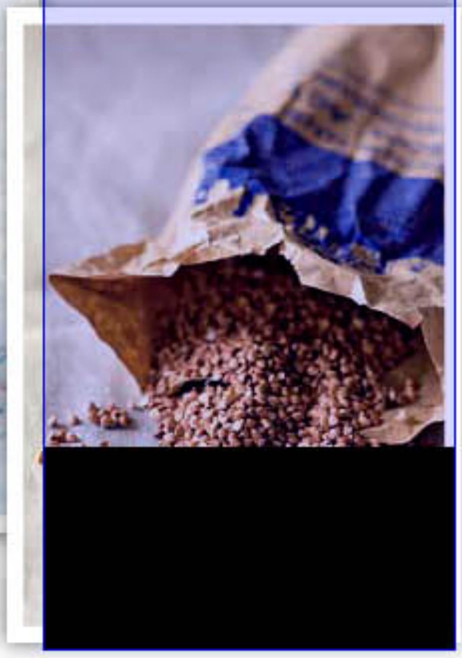
MENUS DE SAISON
Variations gourmandes Six recettes pour attaquer la rentrée bien dans son assiette .... p. 60

HISTOIRE DE GOÛT
Fruits d'automne Coing, pomme, poire et raisin : une palette de sensations .... p. 66

PORTRAIT
Keisuke Matsushima Ce talentueux chef installé à Nice affectionne les chassés-croisés entre produits du Sud de la France et savoir-faire nippon .... p. 70

LE DESSERT DU DIMANCHE **EN COUVERTURE**
Tarte Tatin Souvent imitée, jamais égalée! .... p. 74

p. 47



p. 27

p. 89

p. 91

VOYAGER

FRANCE **EN COUVERTURE**
Touraine Un petit coin de nature et de bonne chère où il fait bon s'arrêter .... p. 76

MAISON D'HÔTE
Le domaine de Murtoli Pour profiter de l'été indien, direction l'île de Beauté et les bergeries superbement réhabilitées de cet endroit pas comme les autres .... p. 86

LE HAUT DU PANIER **EN COUVERTURE**
Le fromage de brebis Voyage sur les hauteurs du Pays basque et du Béarn, à la rencontre des brebis et de leurs éleveurs .... p. 90

VIGNOBLE
Le Bugey Une nouvelle AOC est née! .... p. 96

ÉTRANGER **EN COUVERTURE**
Le Sénégal Un festival de couleurs, de saveurs et de générosité à déguster sans modération .... p. 102

SPÉCIAL VINS

16 pages exclusives Partez à la découverte des terroirs, vignobles et AOC de France .... p. 86

GARNITURES

Abonnez-vous et profitez de notre offre... p. 14 **Carnet d'adresses**... p. 128 **Cocktail : le Grand Lapostolle**... p. 128 **Index des recettes du numéro**... p. 130

Ce numéro comporte un encart Linvosges (32 pages), Faireley (4 pages) et un encart abonnement jeté pour la vente au numéro, un encart Historia uniquement pour les abonnés.

"Avec Pérène, chaque cuisine raconte une histoire unique : la vôtre. Une histoire qui peut, à l'image de celle-ci, se construire autour d'une passion pour la nature, d'une envie d'effacer les limites entre l'intérieur et l'extérieur… Pour moi, tout commence par l'écoute de vos aspirations. C'est à partir d'elles que je conçois la juste mise en scène de votre projet. Juste pour vous et personne d'autre. Je vous invite à entrer dans un espace Pérène comme dans un lieu d'inspiration privilégiée. Matériauthèque, mur de couleurs, comptoir collection… Tout est pensé pour que nous trouvions, ensemble, la meilleure façon de donner corps à votre histoire de cuisine."

/perene

Votre agenceur Pérène.

D'autres histoires de cuisines : **www.perene.com**

Cuisines et tendances

Par Florence Falkehed, Marine Labrune et Emma Zrour.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

Photos DR.

1/Bonne mine Sur la liste des fournitures de la rentrée, n'oubliez pas ces crayons de couleurs… à manger, en chocolats noirs et au lait de diverses origines. *Patrick Roger. L'ensemble de 7 crayons de 10 à 17 cm de long. 45 €.*

2/Matin ensoleillé Entre le mug et le bol, des tasses en faïence pour donner un peu de fantaisie à votre petit-déjeuner. *Latte Cup, Greengate. 7,75 €.*

3/Bonne conservation Rondes, carrées, rectangulaires, ces boîtes en verre conservent sainement les aliments. Pratiques, elles passent directement du micro-ondes à la table. *Pure Box, Luminarc. Rondes, à partir de 3,72 € (420 ml). Carrées, 4,03 € (380 ml). Rectangulaires, 4,47 € (385 ml).*

4/Indispensable ! Malins, pratiques et pleins de conseils et d'idées, ces petits livres vous rendront incollable sur les étals de votre boucher et poissonnier préférés. Avec en prime des recettes pour passer tout de suite à la pratique ! *« Chez le boucher, Chez le poissonnier », collection Et avec ça ma petite dame ? Éd. Stéphane Bachès. 96 pages. 16 €.*

5/Vite fait, bien fait Un plat végétarien tout prêt mais plein de bonnes choses quand vous n'avez pas le temps de préparer l'une des recettes de votre magazine culinaire préféré… *Gamme Légumes et céréales (quinoa vert, boulghour et carottes ou épeautre et légumes), Costes. La barquette de 270 g. 4,60 €. Au rayon frais des Monoprix.*

6/Yes ! Plus besoin de traverser la Manche pour aller faire provision de ce délicieux biscuit 100 % anglais qui permet, entre autres, de réaliser le fond de pâte du célèbre cheese-cake. Le petit-beurre n'a qu'à bien se tenir ! *Original Digestive, Mc Vities (400 g). 1,49 €. En grande surface.*

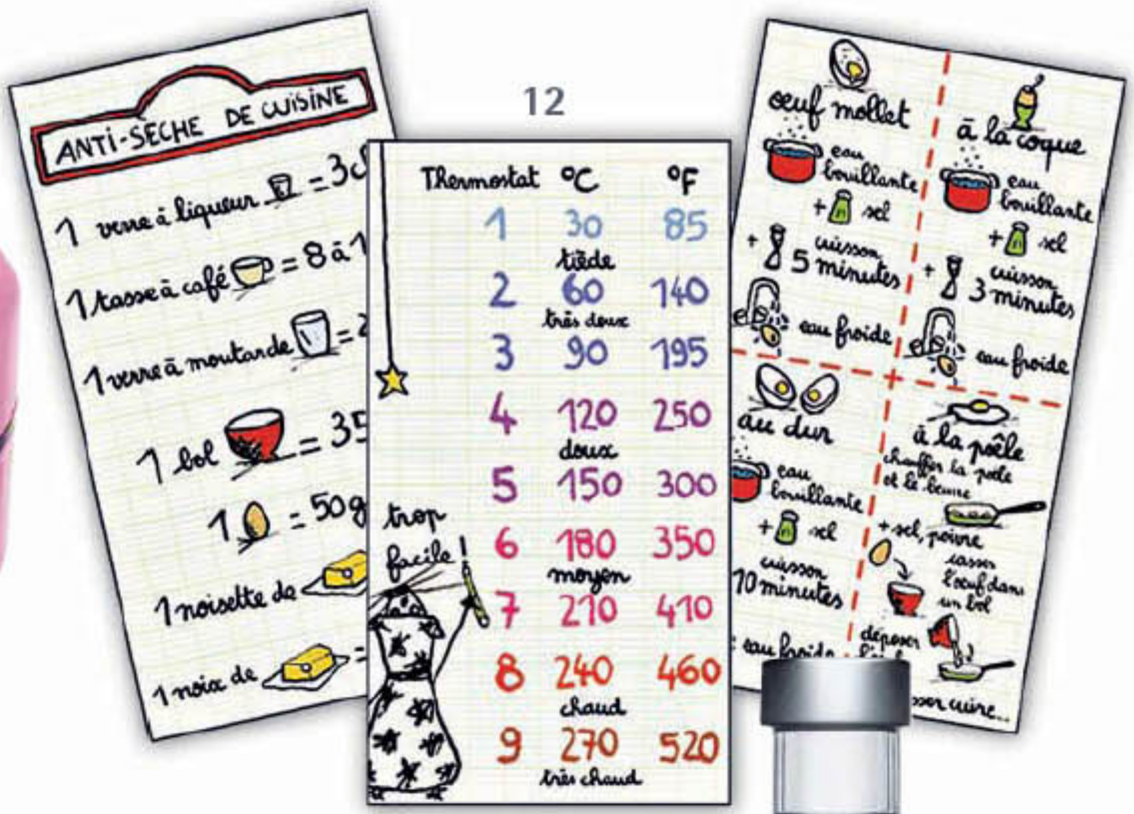
7/Poudres d'or Si vous n'avez pas la chance d'aller déguster les plats d'Olivier Rœllinger à Cancale, vous pouvez au moins découvrir les produits de son épicerie fine (huiles parfumées, mélanges d'épices…) et dont les noms évocateurs (Poudre défendue, Poudre des Alizés…), sont déjà une invitation au voyage gourmand. *La fiole d'huile de 6 cl ou mélange d'épices de 40 g : à partir de 7,70 €. Épices Rœllinger. En vente sur Internet ou sur place.*

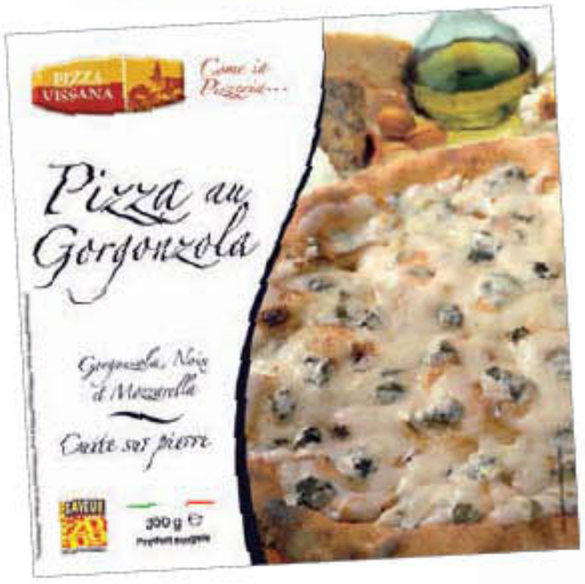
8/Baies vitrées Ce toaster avec parois en verre vous permettra d'admirer vos tartines en train de dorer de façon homogène grâce à 4 tubes à infrarouge. *Toaster Vision (22,5 x 39,5 x 18 cm), Magimix. 250 €.*

9/Petits rongeurs Faites attention à ce petit écureuil, il risque de picorer directement dans votre plat. *Plat en porcelaine Charmed, Geneviève Lethu. 22 € (Ø 21 cm) et 34 € (Ø 26 cm).*

10

11

12


13


14

15

16

17

18

10/Une pincée de nouveauté Un vent de créativité souffle sur le rayon épices des grandes surfaces avec ce poivre noir subtilement fumé et ces rondelles de piment déshydratées, bien pratiques pour parsemer vos plats d'originalité. *Poivre noir concassé fumé (flacon de 35 g) et Piment en rondelles (flacon de 7 g). Ducros. 2,99 € chaque.*

11/Lunch box Un bento tout en rondeur, composé de deux compartiments pour séparer votre entrée ou votre dessert de votre plat principal. *Duo color, Mon bento. 9,80 x 13,7 x 7,5 cm. 36,50 €.*

12/Antisèche Combien de temps doit-on cuire un œuf à la coque ? À quelle température correspond le thermostat 6 ? Combien de centilitres y a-t-il dans un verre à moutarde. C'est le genre de questions existentielles que l'on se pose souvent dans sa cuisine et auxquelles répondent ces astucieux magnets imaginés par une jeune créatrice. À coller sur son réfrigérateur en cas d'interro surprise… *Antisèche de cuisine, Filf. Le lot de 3 aimants, 9,50 €.*

13/Buonissimo Les Italiens débarquent au rayon surgelé avec tout une sélection de plats préparés. La rédaction a beaucoup aimé cette pizza au gorgonzola, aux noix et mozzarella. *Pizza au gorgonzola (350 g), Vissana pour Buono & Bello. 5,95 €. En vente dans les grandes surfaces.*

14/Dans la peau de… L'architecte designer, Éric Raffy s'est inspiré du Japon pour revisiter le célèbre couteau Laguiole, dont il a cambré la lame et affiné le manche. *Éric Raffy pour Couteaux Forge de Laguiole. 420 € le coffret de 6 couteaux.*

15/Bons péchés capitaux Réalisées selon un procédé innovant, uniquement à partir de fruits et sans sucre ajouté, ces gourmandises naturelles, saines et pratiques risquent fort de voler la vedette aux bonbons chimiques ! *N.A ! 1,59 € le sachet de pépites de 30 g et 1 € la barre. En grande surface.*

16/Taille-légume Magique ou presque pour transformer les légumes crus ou cuits en spaghetti. *En Inox ABS avec 2 tailles de grille. Spirelli, La Carpe. 22,90 €.*

17/Forêt enchantée Partagez vos repas avec les animaux de la forêt dans ces assiettes plates en grès. *Dans les bois, Geneviève Lethu. 35 € les 6 assiettes proposées en trois coloris assortis.*

18/No logo Rares sont les produits qui peuvent s'afficher au grand jour sans leur nom apposé en grand sur leur contenant. La vodka Absolut fait partie de ces happy few à se le permettre avec cette belle bouteille, facilement reconnaissable par sa forme et vierge de toute inscription. *Absolut no label, Absolut Vodka. La bouteille d'1 litre, 20 €.*

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

CARNET D'ADRESSES PAGE 128

1/Arc-en-ciel Cette nouvelle gamme de pâtes fraîches colorées aux saveurs alléchantes (tomate piquante, encre de seiche, épinards et basilic, quatre céréales) égaiera à coup sûr vos assiettes d'un rayon de soleil italien. *Le sachet de 250 g, Giovannni Rana. 2,25 €. Au rayon frais des grandes surfaces.*

2/Cubique Après nous avoir séduits avec sa forme ronde et longiligne, voici la dernière-née des cafetières Senseo. Un esprit inspiré des machines professionnelles aux couleurs contemporaines (noire ou blanche) et qui lui donnent un aspect moderne. *Quadrante, Senseo de Philips. 100 €.*

3/Bienvenue… dans le monde des merveilles où la féerie est au rendez-vous avec ses belles assiettes en porcelaine. *Mets et merveilles Collection Absolument Maison, BHV. Assiette plate (Ø 26 cm) 7 €, assiette à dessert (Ø 20,5 cm) 6,50 €, mug 6 €.*

4/Naturellement bon L'alliance de fruits certifiés bio et d'eau minérale naturelle Galvanina, donne naissance à une nouvelle gamme de boisson gazeuse. La gamme se compose de 8 variétés de boissons aussi rafraîchissantes, innovantes les unes que les autres. *Galvanina Bio. 2,10 € la bouteille de 33 cl. En vente dans les Monoprix et boutiques bio.*

5/Design et créatif Créatrice dans l'univers de la gastronomie, Sylvie Amar a voulu redonner ses lettres de noblesse au mortier et billot. De cette idée, elle a mis au point un 2 en 1, un "billot mortier" en marbre et bois debout de hêtre. *Billot-mortier, Sylvie Amar. 33,5 x 24,5 x 7 cm. 160 €. En vente Dans les boutiques Éts Lion.*

6/Impressionniste La nature à portée de main avec ses serviettes en coton à impression numérique. *Nature enchantée, Geneviève Lethu (45 x 45 cm). 7,50 €.*

7/Tenue irréprochable Ergonomie, souplesse et robustesse sont les caractéristiques qui définissent ce moule. Il est doté d'une large ceinture en silicone qui facilite le démoulage. Quant au fond en céramique blanche, il se transforme en élégant plat de service pour que vos tartes passent directement du four à la table. *Duo, Lékué. Ø 23 cm (existe également en moule à cake). Noir ou rouge. 25 €.*

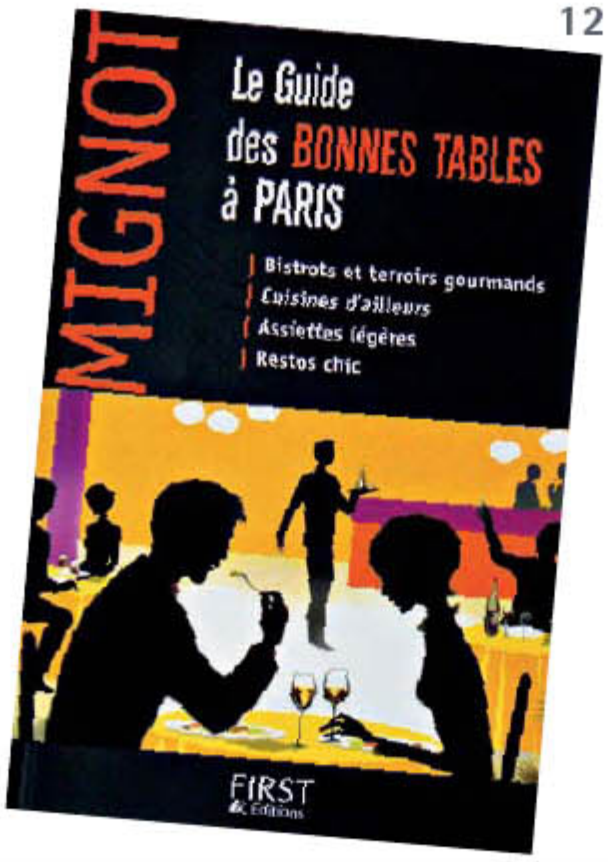
8/Pop Un arc-en-ciel de couleurs sur votre table avec cet assortiment de verres en verre. *Open Collection Absolument Maison, BHV. Verre expresso : 1,90 €. Set de 6 verres à eau : 26,50 €.*

9/Miam miam ! On ne présente plus les gâteaux de monsieur Burnouf (voir *Saveurs* N°153) sauf

10

11

12



13

14

15

16

Photos DR.

quand cet amoureux des biscuits nous propose de nouvelles douceurs. On parie que ses cookies aux éclats de caramel au beurre salé feront vite partie des classiques ! *Cookies aux éclats de caramel, La Maison du Biscuit. La boîte de 7,80 € la boîte de 650 g. En vente sur place ou par Internet.*

10/Bling bling Pour ses 30 ans, la célèbre marque d'édulcorant sort quatre distributeurs de poche parés d'or, d'argent, de paillettes et de strass. Une légèreté qui n'a pas de prix ! *Canderel. 1,69 € l'unité.*

11/Sens dessus-dessous Enfin un dessous-de-table qui s'adapte à tous les plats ! Qu'ils soient petits, grands, carrés, ronds ou rectangulaires, il suffit de placer les trois barrettes en acier inoxydable à la dimension voulue. Les enfants risquent même de vouloir mettre la table ! *¿ Adonde ?, 55 €.*

12/Suivez le guide Sur son blog, Caroline Mignot commentait déjà sans macher ses mots ses repas pris incognito dans les restaurants, avec photos et bandes sonores à l'appui. Dans son guide, elle a enfin rassemblé ses tables préférées de Paris et la proche banlieue. Le style est le même, vivant et drôle, le contenu argumenté et sans concession. Bref, tout cela a un bon goût de vécu qui donne envie d'aller s'attabler. *« Le Guide des bonnes tables à Paris », par Caroline Mignot. Éd. First. 256 pages. 10 €.*

13/Modèle 2009 Voici la version miniature et en céramique émaillée de la célèbre cocotte. Avec ses jolies couleurs tendance en prime. *Glamour (Ø 10 cm), Le Creuset. 45 € le coffret de 3.*

14/ Cuisson verte Grâce à la technologie antiadhésive à base de céramique, le Thermolon®, cuisiner devient un vrai geste écologique. Poêle (59,50 €), casserole (89,50 €), faitout (119 €) ou wok (109 €) sont en aluminium forgé avec fond en Inox magnétisé, idéal pour l'induction. *Green Pan, Collection Dubaï, Zwilling.*

15/Le dîner est dans le sac ! Cuire à la vapeur au micro-ondes, c'est possible grâce à ces sacs que l'on garnit des légumes ou du poisson de son choix et qu'on ferme hermétiquement d'un seul geste. *Sacs cuisson vapeur micro-ondes, Albal (les 10 sacs pour 1-2 pers.). 4,20 €. En grande surface.*

16/Édition limitée À défaut de craquer pour des escarpins Louboutin cet automne, vous pourrez toujours croquer dans le délicieux macaron figue et datte crée par le roi de l'escarpin à semelle rouge et la maison Ladurée. *Boîte de 6, 8 ou 18 macarons : 12,90-14,70-35,80 €. Ladurée. À partir du 11 septembre.*

CARNET D'ADRESSES PAGE 128

Les résultats du Quiz des gastronomes

1- QUEL EST L'AUTRE NOM DU POUDING À LA CHATEAUBRIAND ?
Le diplomate est un pouding aux fruits confits inventé par le cuisinier de Chateaubriand quand celui-ci était ambassadeur de France à Rome.

2- QUI ÉTAIT DOM PERIGNON ?
Dom Perignon était un moine bénédictin, cellérier de l'abbaye d'Hautvillers, décédé en 1715, à qui l'on attribue l'invention du champagne.

3- QUEL ALIMENT EST LE PLUS RICHE EN FER ?
Le boudin noir affiche un taux record de 22 mg de fer pour 100 g (contre 13 mg pour le bigorneau cuit et 8 mg pour les lentilles sèches).

4- PARMI CES TROIS CONFRÉRIES GASTRONOMIQUES OU VINEUSES, LAQUELLE EST PUREMENT IMAGINAIRE ?
À part la confrérie des chevaliers mangeux de gras-double, les deux autres existent bel et bien !

5- OÙ RENCONTRE-T-ON UN ZISTE ?
Le ziste (à ne pas confondre avec le zeste) est la petite membrane blanchâtre qui se trouve entre la peau et la pulpe d'un agrume. Il est amer et il convient de le retirer.

6- QUE CONTIENT UNE PRÉPARATION À LA DU BARRY ?
Une préparation à la Du Barry contient forcément du chou-fleur. (On dit « à la florentine » quand elle inclut des épinards et à la Fontanelle quand il y a des asperges.)

7- QUEL INGRÉDIENT N'A PAS SA PLACE DANS UN CALISSON D'AIX ?
Un vrai calisson d'Aix (protégé par une IGP) est constitué d'un tiers d'amandes broyées, d'un tiers de melon confit et d'un tiers de sucre. Il s'agrémente aussi parfois de zestes d'oranges confites. La nappe de glace royale qui le recouvre se compose de sucre et de blanc d'œuf. Une fine feuille de pain azyme sert d'assise à la pâte. La fleur d'oranger ne fait pas partie des ingrédients obligatoires mais elle est tolérée. Certains l'emploient et ont tout de même l'IGP.

8- QUEL INGRÉDIENT NE FIGURE PAS DANS LA RECETTE DU GLOUBI-BOULGA ?
Casimir ne met pas de pistaches dans son gloubi-boulga, qui se compose de confiture de fraises, de moutarde de Dijon, de bananes mûres à point, de chocolat râpé, de saucisses de Toulouse crues mais tièdes, d'anchois et de crème Chantilly.

9- VOUS VOILÀ DEVANT UN TAS DE FÈVES À TRIER. QUE FAITES-VOUS ?
Les fèves se dérobent tandis que les pois s'écossent et que les pommes de terre s'épluchent.

10- PARMI CES TROIS FRIANDISES, LAQUELLE N'EXISTE PAS (ENCORE) ?
Il s'agit des jobardises de Cassis, purement imaginaires.

11- QUEL PRODUIT PEUT SE TARGUER DE POSSÉDER DES VARIÉTÉS MESSIDRÔME, THERMIDRÔME, FRUCTIDOR, PRINTANOR ET GERMIDOUR ?
Les variétés d'aulx se distinguent en fonction de leur période de plantation, comme l'évoquent d'ailleurs leurs noms, issus du calendrier républicain.

12- QU'EST-CE QUE LE FUGU ?
Le fugu est un poisson-coffre japonais qui a la particularité de contenir une neurotoxine foudroyante. S'il est mal préparé, il peut entraîner la mort du convive.

13- QUELLE ÉPICE RELÈVE UNE SAUCE À LA ZINGARA ?
Une sauce ou une garniture est dite « à la zingara » quand elle contient (entre autres) tomates et paprika.

14- QU'EST-CE QU'UN GENTIL ?
Ce terme s'applique aux vins élaborés avec la présence d'un minimum de 50 % de l'un des quatre cépages nobles de l'Alsace : le pinot gris, le riesling, le gewurztraminer et le muscat. Cet assemblage peut aussi être complété par du sylvaner.

15- QU'EST-CE QU'UNE GUÉDOUFLE ?
La guédoufle désigne un huilier-vinaigrier aux flacons accolés. Leurs goulots sont courbés et croisés, de sorte que l'on puisse vider l'un sans vider l'autre.

16- LAQUELLE DE CES BOUTEILLES DE CHAMPAGNE À LA PLUS FORTE CONTENANCE ?
La contenance d'une bouteille de champagne (dite champenoise) est de 0,75 l. Un salmanazar équivaut à 12 champenoises (soit 9 l) ; un nabuchodonosor à 20 champenoises (soit 15 l) et un melchizédec à 40 champenoises (30 l).

17- OÙ S'ÉPANOUIT LE GIGONDAS ?
Le Gigondas s'épanouit dans la commune du même nom, dans le Vaucluse, au pied des Dentelles de Montmirail.

18- QUI A DIT « CONVIER QUELQU'UN, C'EST SE CHARGER DE SON BONHEUR PENDANT TOUT LE TEMPS QU'IL EST SOUS NOTRE TOIT » ?
La citation est d'Anthelme Brillat-Savarin.

19- SUR QUEL ARBRE POUSSE LE KAKI ?
Le kaki pousse sur le plaqueminier (le kiwi sur l'actinidia et la noix de cajou sur l'anacardier).

20- QUI A SIGNÉ LE FAMEUX TRAITÉ DES CONFITURES ET FARDEMENS ?
Nostradamus. Ce médecin et astrologue particulier de Catherine de Médicis, surtout connu pour ses « Centuries » prophétiques, a publié également en 1555 cet ouvrage dont le titre complet est : *Excellent et moult utile opuscule à touts nécessaire qui désirent avoir cognoissance de plusieurs exquises receptes.*

21- QUE FERIEZ-VOUS SI L'ON VOUS DEMANDAIT DE RIOLER ?
Rioler consiste à disposer des bandelettes de pâte à bords droits ou dentelés sur une tarte pour former un quadrillage.

22- QUE SIGNIFIE GNOCCHI EN ITALIEN ?
Gnocchi signifie « boulettes » en italien.

23- QUE CONTIENT UN APPRÊT DIT À LA LIÉGEOISE ?
L'apprêt à la liégeoise inclut du genièvre sous forme de grains ou d'alcool. À ne pas confondre avec le café ou le chocolat liégeois, couronné de crème Chantilly.

24- COMMENT DIT-ON "MIAM" EN ANGLAIS ?
Il convient en Grande-Bretagne de témoigner son appétence par un joyeux « yummy » !

25- QUEL EST LE SURNOM DU LIVAROT ?
Le livarot, fromage normand, est surnommé « colonel » en raison des cinq laîches de roseau ou de papier qui l'entourent, allusion au cinq galons de ce grade.

26- QU'EST-CE QU'UN MOSTÔFFLAIT ?
Un mostôfflait est un fromage blanc et mousseux, pétri au beurre et à l'estragon et fouetté (*Dictionnaire du gastronome,* de Jean Vitaux et Benoît France, Puf).

27- DE QUOI SE COMPOSE UN ALEXANDRA ?
Un Alexandra se compose de crème, de crème de cacao blanc et de cognac. (Sucre + vodka + jus d'ananas + eau gazeuse = une Vodka-fizz. Gin + Noilly + Cherry Rocher + une cerise = une Rose.)

Les gagnants

1er PRIX : Jean-Charles CLATZ (Equeurdreville). **2e ET 3e PRIX :** Guy DUMONT (Colombes). Christiane RIBOULET (Montluçon). **4e PRIX :** Stéphane BESNARD (Fourbanne). **DU 5e AU 7e PRIX :** Janine COIGNARD (Le Faou). Véronique PETITPREZ (Amiens). Audrey LE DISCOT (Brech). **DU 8e AU 10e PRIX :** Danielle BOUVIER (Moirans-en-Montagne). Gérard PIERRON (Bram). Eliane ALLAIRE (Lisieux). **DU 11e AU 13e PRIX :** Thierry DOUCET (Sonnaz). Elvira DE OLIVEIRA (Lutterbach). Geneviève DUGREEZ (Sermaises). **DU 14e AU 23e PRIX :** Virginie GAJAN (Marquise). Patrick LEMOINE (Saint-Ay). Martial LONGATTE (Poitiers). Myriam COLIN (Grand-Champ). Patrice BOISSON (Meschers). Luc RAJAONARISON (Cergy-le-Haut). Martine LEVEQUE (Veauche). Claude PLAGNAUD (Mitry-Mory). Renaud LEYMARIE (Pierrelatte). Monique MENNES (St-Jean-de-Luz). **DU 24e AU 50e PRIX :** Marie-Lise DE KONINCK (Pont-l'Evêque). Clara PIERROT (Colmar). Chantal BARAN (Fontaine-le-Comte). Elodie SABRE (Estaires). M et Mme ROQUES (Brières-les-Scelles). Béatrice MOLINA (Robion). Françoise MARQUE (Bu). Aurélie TATINCLAUX (Leogeats). Claire MURE (Longessaigne). Pascale SACILLE (Villers-les-Nancy). Marie BUFFIER (Lattes). Christophe PENNARUN (Briec). Philippe COUTUROU (Cantenac). Marie Reine BLETOUX (Champigneulles). Didier CRISTIAN (La Rochette). Jean-Michel FRANÇOIS (Morainvilliers). René CLAVIER (La Milesse). Gérard MATHIEU (Villers-les-Nancy). Pierrette PANSU (Paris). Monique SIRECH (Tournefeville). Josette RIMET MEILLE (Bessins). Antoinette LEVYFVE (Saintes). Jérôme DENIS (Mons-en-Barouel). Christelle LEBIGRE (Allaines-Mervilliers). Daniel DUCROS (Clermont-Ferrand). Yann DEBENEST (Nieuil-l'Espoir). Mickael LEMAN (Tourcoing). **DU 51e AU 100e PRIX :** Stéphanie LAMBERT (Tourcoing). Catherine RUBI (Buc). Hélène GUY (Millam). Tiphaine BERTHELOT (Le Havre). Bertrand BOUTHIER (Cap d'Ail). Patricia DELAGE (Trouy). Marie PAINBLANC (Gruchet-le-Valasse). Cécile RAFFIER (Brives-Charensac). Nicolas TRIBOULOT (Courbevoie). Robert GUÉGUEN (Le Rheu). Jean-François RICHARD (Foulayronnes). Yannick DUPUIS (Montpellier). Marie LESOBRE (Val-de-la-Haye). Peggy REPELLIN (St-Jean-en-Royans). Guy CHEVILLARD (Plouharnel). Philippe GAUTREAU (Nanterre). Christian IZARD (Paris). Jean LEFEBURE (Oraison). Christiane MASSA (Salon-de-Provence). Olivier BELLOT (Mery-sur-Seine). Catherine LESCAUDRON (Antony). Annick CANNIZZO (Martigues). Virginie MAITRE (Chille). Nathalie LECAVELIER (La Talaudiere). Isabelle SZLACHTA (Cherbourg-Octeville). Catherine GUE (Mondelange). Béatrice CAGNAT (Quint Fonsegrive). Alain TESTART (Camphin-en-Pevele). Emilie LECOMPT (Gondecourt). Gisèle SECHAUD (Chatillon). Liliane LEBER (Notre-Dame-de-Gravenchon). Nicole BARD (Pontoise). Odile PIERRAT (Porto-Vecchio). Mimi DA LAGE (Sahurs). Daniele BERTHELET (Chambery). Michel ACCARY (La Ravoire). David MESENGE (Couvains). Maryvonne ROYANT (Mellac). Monique PONTAC (Castelnau-Chalosse). Patrick VERGNETTE (La Rochelle). Corinne BARYS (Mulhouse). Chantal ROSSIT (Orange). Ginette DECAUX (Fecamp). Sylvain MATHÉ (Arquian). Fabiola DECOOL (Dourges). Monique BURDIN (Villeurbanne). Lysiane BOSSION (Mios). Slobodan ADUM (Grenoble). Luc JOCHEM (Cognin). Jennifer DE KONINCK (Hermival-les-Vaux).

Mon panier japonais

L'adresse est devenue le rendez-vous incontournable des chefs français amoureux du Japon (William Ledeuil, Pascal Barbot, Éric Briffard…). Ouverte il y a deux ans par Toshiro Kuroda, propriétaire du légendaire restaurant Issé, cette épicerie unique à Paris a choisi de ne proposer que le nec plus ultra des épices, sauces, tofus, condiments, algues et sakés nippons. Si ces produits d'artisans ne sont pas donnés, on peut prendre le temps de les choisir et goûter à l'écoute du savoir encyclopédique du passionnant Monsieur Kuroda. On peut également y déjeuner sur le pouce pour 10 €.

G. Le Guyader

Workshop Issé, 11, rue St-Augustin, 75002 Paris.
Tél. : 01.42.96.26.74.
Ouvert tous les jours.

Week-end éclair

Deux jours pour (re)découvrir les 45 éclairs de la maison Fauchon ! Les plus gourmands piocheront encore et encore parmi les affriolants délices nés de l'esprit du chef Christophe Adam, en version salée ou sucrée. À la clé, surprise du chef : le petit dernier, le "chien-chaud" caramel framboise !

Les 4 et 5 sept. Fauchon, 26, pl. de la Madeleine, 75008 Paris.
Tél. : 01.70.39.38.00. 5 € l'unité.

Photos DR

À partir de septembre

Une exposition se déplace tout l'automne à travers la France pour faire découvrir les charmes et les secrets de la pomme de terre. www.cnipt.com

12 et 13 septembre

À l'occasion du festival Automne Gourmand, à Bagnoles-de-l'Orne, plus de 50 cours et démonstrations de cuisine vous sont proposés gratuitement. Rens. : 02.33.37.85.66.

RECONNAISSABLE À SA COULEUR ROSÉE ET À SA SAVEUR DOUCE QUI PERMET DE LE CONSOMMER CRU SANS MODÉRATION, L'OIGNON DE ROSCOFF A ENFIN OBTENU SON AOC !

Adjugé !

23 superbes flacons de cognac, cédés par les plus grandes maisons de cette eau-de-vie prestigieuse, sont mis en vente aux enchères le 17 septembre. Pour la seconde année consécutive, les grands noms du cognac offrent des bouteilles exceptionnelles qui seront vendues au profit de l'Institut de France. Pour se porter acquéreur, deux solutions : laisser un ordre d'achat au commissaire-priseur ou participer au dîner de gala organisé le 17 septembre, à Cognac bien sûr.

www.lapartdesanges.cognac.fr. Maître Vincent Gérard-Tasset, tél. : 05.45.38.41.71. Pour le dîner de gala, Nathalie Morlai, tél. : 06.79.16.14.41.

Pâté en boîte

Saviez-vous qu'il existe depuis mars 2006, un club des amoureux du pâté Hénaff? Et pour cause, il y a du cochon dans la fameuse boîte. Et du bon ! La truculente Frédérick Grasser Hermé, fidèle parmi les fidèles, a décidé de lui faire honneur en réalisant 5 recettes à base de pâté, mises en boîtes et à déguster sans tarder !

4,50 € la boîte. En vente sur www.henaff.fr.

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

ACK • SNACK • SNACK • SNACK • SNACK • SNACK • SNACK • SNACK • SNACK • SNACK • SNACK • SN

Bulles Recettes, annuaire de vignerons, visite virtuelle de cave… Le site internet des Champagnes de vignerons donne envie d'ouvrir une bouteille ! www.champagnesdevignerons.com **Brocante** Affluence assurée à Lyon, les 3 et 4 octobre, pour chiner et trouver la perle rare parmi la vaisselle de chefs proposée à la vente. Outre les ustensiles, des meubles ! www.lavaisselledeschefs.com **Lauréat** Vainqueur du 2e concours international de photo culinaire, Christophe Aribert, chef à Uriage, et son photographe Pierre François Couderc. www.fotosculinaires.com **Cristal** Amateurs de verres anciens, vous trouverez sûrement de quoi compléter vos collections sur ce site… www.verreancien.com **Suisse cheese** Du 10 septembre au 10 octobre, dégustation du gruyère AOC suisse dans les 20 plus grands fromagers de France. Prévoyez le détour ! www.fromagedesuisse.com

Recevez votre magazine SAVEURS directement chez vous,

EN TOUTE TRANQUILLITÉ !

4€70 SEULEMENT PAR NUMÉRO au lieu de ~~6€54~~ soit **28 %** d'économie ! (cadeau inclus)

7 numéros de SAVEURS

+ 1 hors-série

+ VOTRE CADEAU

Pinceau culinaire en silicone « Profi Plus » de WMF

Très pratique, ce pinceau muni de poils en silicone résistant à 270° C, permet de dorer vos viandes, glacer vos pâtisseries, ou encore huiler vos plats sans les rayer. Il est aussi plus hygiénique grâce à son manche en acier Cromargan® inoxydable 18/10. Son design ultra moderne et sa fonctionnalité immédiate en font un ustensile haut de gamme très utile dans votre cuisine.

Dimension : 20 cm, pinceau 3 cm

Prix public : 12,95 €

N'hésitez plus, remplissez vite le bulletin ci-dessous…

www.saveurs-magazine.fr

BULLETIN D'ABONNEMENT "SPÉCIAL ANNIVERSAIRE"

SAV170

À renvoyer, accompagné de votre règlement, RIB/RIP ou complété de votre numéro de carte bancaire, sous enveloppe affranchie à :
ABO PRESS EHBM - 19, rue de l'Industrie - BP 90053 - 67402 Illkirch Cedex

☐ **OUI,** je souhaite profiter de votre **FORMULE TRANQUILLITÉ :** 4,70€ par numéro pour un minimum de 12 mois (avec cadeau inclus). J'autorise l'établissement teneur de mon compte à effectuer sur ce dernier les prélèvements ordonnés par "SAVEURS/EHBM" pour mon abonnement. Je pourrai en faire suspendre l'exécution, après 12 mois, par simple demande à l'établissement teneur de mon compte et par simple lettre adressée à "Saveurs".

▸ **J'indique mon établissement teneur du compte à débiter**

Établissement : ....

Adresse : ....

....

Code Postal : |_|_|_|_|_|

Ville : ....

▸ **J'indique le compte à débiter** *(coordonnées de votre RIB ou RIP)*

|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

Banque — Guichet — N° de compte — Clé

▸ **N'oubliez pas de joindre impérativement votre RIB ou RIP**

▼ DATE ET SIGNATURE OBLIGATOIRES ▼

Numéro national d'émetteur : 509 223

Organisme créancier :
"Saveurs"/EHBM
CIC BANQUE CIAL
14 rue de la Nuée Bleue - 67979 Strasbourg Cedex 9

Offre valable jusqu'au 31-10-2009, réservée à la France Métropolitaine. Pour les DOM-TOM et l'étranger, nous consulter. En application de l'article 27 de la loi du 06/01/1978, les informations qui vous sont demandées sont indispensables au traitement de votre abonnement et sont communiquées aux destinataires le traitant. Vous bénéficiez d'un droit d'accès et de modification des données qui vous concernent. Sauf refus de votre part au service abonnements, ces informations pourront être utilisées par des tiers. Délai de réception du cadeau : environ 6 semaines. En cas de rupture de stock, nous nous réservons le droit de vous envoyer un cadeau différent.

▸ **J'indique mes coordonnées**

☐ Mlle ☐ Mme ☐ M.

Nom : ....

Prénom : ....

Adresse : ....

....

Code Postal : |_|_|_|_|_|

Ville : ....

Téléphone : |_|_| |_|_| |_|_| |_|_| |_|_|

E-mail : .... @ ....

☐ **OU,** je préfère utiliser un mode de paiement classique pour profiter de votre offre d'abonnement à "Saveurs" (12 mois - 7 n^{os} + 1 hors-série) au prix de **37,60€** (avec cadeau inclus).

▸ **J'indique mon mode de règlement**

☐ Par chèque bancaire ou postal à l'ordre de "SAV/EHBM"

☐ Par CB |_|_|_|_| |_|_|_|_| |_|_|_|_| |_|_|_|_|

Date d'expiration : |_|_||_|_||_|_|_|_|

Indiquez ici les 3 derniers numéros qui figurent au dos de votre carte |_|_|_|

▼ DATE ET SIGNATURE OBLIGATOIRES ▼

Le bon air marin

Qui a dit qu'équilibre ne rimait pas avec gastronomie ? En dégustant un bon poisson au Cap Horn, le restaurant des Thermes marins de Saint-Malo, on constate rapidement que l'un se combine très bien à l'autre. Et si l'on a encore des doutes, il faut suivre le cours de Pascal Pochon, le maître chocolatier de la maison, qui explique comment gourmandise et ligne peuvent se réconcilier autour du chocolat.

Le Cap Horn, Hôtel des Thermes Marins, Grande Plage du Sillon, 35401 Saint-Malo. Tél. : 02.99.40.75.75.

Photos DR.

A. Souloumiac

Grand art et bons vins

La Winery est à la fois un restaurant, une boutique/cave avec plus de 1 000 références, un bar de dégustation, un lieu d'exposition et de manifestations culturelles, un jardin de sculptures contemporaines dans un parc de 26 hectares... le tout situé au cœur du Médoc, à 30 mn de Bordeaux. Bref, un lieu atypique qui propose une approche du vin tout aussi atypique. Un exemple ? Les œnologues de la maison ont mis au point une animation exclusive (le Signe Œnologique®) qui permet aux amateurs de découvrir leurs goûts et les vins qui leur correspondent. Une façon d'aborder le vin de manière ludique. Autre initiative appréciée : le restaurant propose à ses clients de choisir leur vin en boutique et de le payer au prix boutique, c'est-à-dire sans droit de bouchon. On peut ainsi découvrir – sans se ruiner – un grand cru et l'apprécier dans un cadre contemporain autour d'un très bon plat cuisiné par Olivier Garnier.

La Winery. Rond Point des Vendangeurs, 33460 Arsac-en-Médoc. Rens. : 05.56.39.04.91 ou www.winerey.fr.

DU 14 SEPTEMBRE AU 4 OCTOBRE, PARTICIPEZ AU CONCOURS LIPTON QUI PERMETTRA À 2 GAGNANTS, TIRÉS AU SORT, DE PARTIR EN INDE DÉCOUVRIR SA DÉMARCHE POUR L'AGRICULTURE DURABLE.

Au pays du chenin

Les amateurs de bon vin savent que le vouvray est un grand vin du Val de Loire, et qu'il possède plusieurs personnalités : sec, tendre, moelleux et fines bulles. Pour ceux qui veulent en savoir plus, un livret vient d'être édité en partenariat avec Guy Martin, disponible sur le site Internet, assorti d'un jeu-concours pour partir à la découverte de la région et de ses bons crus, le temps d'un week-end dans un Relais & Château. www.vinsdeloire.fr

26 et 27 septembre

La 7e édition nationale de Cuisines en fête donne, comme tous les ans, l'envie aux amateurs et initiés de cuisiner à la maison.

Du 14 au 18 octobre

L'incontournable Salon du Chocolat, à la Porte de Versailles, fête cette année ses 15 ans de gourmandise avec, en point d'orgue, le défilé de robes en chocolat sous forme d'un opéra féerique.
www.salonduchocolat.fr

Volnay se renouvelle

À 26 ans, François Bitouzet, 6e génération au Domaine Bitouzet Prieur, à Volnay, incarne cette nouvelle génération de vignerons diplômés en viticulture et œnologie, faisant leurs classes ailleurs avant de se lancer dans l'aventure du vignoble familial. Sans rompre avec les pratiques qui ont fait la réputation de ce beau rouge de la côte de Beaune, il impulse sa vision du vin avec cet "essai" de deux hectares en "bio" et ses "cuvées plus rondes" pour un consommateur qui apprécie de boire plus jeune ce pinot noir fin et gourmand, surtout s'il est issu des "Caillerets".

Tél. : 03.80.21.62.13.

La vie en rose

Vous aussi, vous voulez vous mobiliser contre le cancer du sein ? Faites-le en cuisinant avec la gamme d'ustensiles de cuisine Kitchenaid rose, dont une partie des profits est reversée à l'association "Le cancer du sein, parlons-en !".

Spatule (13,30 €), cuillère à glace (14,30 €), économe (12,30 €), ouvre-boîtes (26,30 €).

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé À consommer avec modération.

GLOUTEZ-MOI ÇA !

Passé l'effet de mode et de nouveauté de ce restaurant ouvert en début d'année, on ne change pas d'avis et on est définitivement conquis !

Texte Pierrick Jégu. Photos Géraldine Le Guyader.

De 1 à 3. Dans un esprit loft avec vue sur le musée Picasso, enfin un restaurant qui fait un vrai travail sur le vin proposé au verre grâce à une machine ultra-sophistiquée qui préserve les grands crus. **4 et 5.** Ici produits de haute qualité, tel est le credo d'une équipe en accord avec ses principes.

Chez qui ?

Chez Julien Fouin, créateur et ex-rédac'chef du magazine *Régal*. Il allait s'attabler chez les autres, il est désormais de l'autre côté du comptoir, comme un critique rock sortirait un album ou un journaliste ciné se risquerait à réaliser un long-métrage. Aussi chez Ludovic Dardenay, producteur et associé. Enfin, de la salle au piano, on est également chez Hervé, Jordane, Olivier, Jonathan et les autres.

La cuisine ?

Soulignés d'assaisonnements finauds quand c'est nécessaire, les superbes produits d'un garde-manger de connaisseurs, envoyés dans leur vérité, sans maquillage, sans coup de bluff, presque nus : charcuterie ibérique à tomber, lard de Colonnata terrrrrible, délicieux thon blanc fumé de l'Ile d'Yeu, tomates anciennes bio des Alpilles, viande de Salers en tartare, agneau grillé, lomo mariné au piment d'Espelette, caciocavallo di buffala – une mozzarella fumée –, ou glaces bio d'Ardèche... Le tout couché sur une petite carte dégourdie.

L'esprit du lieu ?

Parquet blond, lampes industrielles, pierres apparentes, mur de briques pétaradant un joli rouge... Quelque part entre loft et table d'hôtes, ce néo-bistrot a de la gueule et de l'esprit : ludique mais pas bêtement récréatif, contemporain mais pas sottement modeux, aussi loin des adresses « gadget » surfant sur l'air du temps que des restaurants corsetées dans des manières passéistes.

Les vins ?

« Cuisine et vins sympathiques », revendique le sous-titre. Mieux que ça encore ! Au verre ou en bouteille, cette maison calibre une belle sélection affranchie de tout dogmatisme, des vins gourmands, des « grands », des « petits », des classiques impeccables, des cuvées de derrière les ceps, des jajas de traverse... Un petit aperçu ? Pic-saint-loup du Mas Foulaquier, vouvray du Domaine Huet, cabernet-franc de Jean-François Mériau, en Touraine, etc.

Où ?

Glou. 101, rue Vieille-du-Temple, 75003 Paris. Tél. : 01.42.74.44.32. Formule à 17 € le midi. Le soir, ticket moyen autour de 25-35 €. Ouvert 7/7.

Le petit-déjeuner joue l'extérieur !

Vous rêvez en vous levant d'un café digne de ce nom ?

Vous êtes las de la tartine de pain industriel mâchonnée dans la cuisine ? Rebellez-vous, sortez ! Face à la Gare de Lyon, l'Européen vous propose un classique petit déjeuner à 5,40€ - tartine beurrée, croissant et boisson chaude - ou un revigorant « breakfast » à 8,10€, orange pressée et œufs sur le plat compris. A savourer en parcourant votre quotidien préféré sous les lustres en verrine...

Pour une atmosphère plus feutrée, installez-vous dans le cadre mi-Directoire mi-Empire du Congrès Maillot, ou le décor chocolat-caramel de son cousin, le Congrès Auteuil. Boisson chaude, jus de pamplemousse ou d'orange frais pressé, viennoiserie fondante, deux toasts ou tartines, tel est le Petit déjeuner griffé Congrès à 9,60€. La version Continental à 14,60€ y ajoute un yaourt, des céréales et une jolie salade d'agrumes. Anglophiles, laissez-vous tenter par des œufs brouillés ou sur le plat, voire une belle omelette. Ouf, la journée avait failli mal commencer ; vous voilà maintenant armé pour l'affronter avec le sourire...

Jean de Loÿs

L'EUROPÉEN

Face à la Gare de Lyon - 21 bis, bd Diderot - Paris 12$^{\text{ème}}$
Tél. 01 43 43 99 70
7 jours /7. Service continu de 7h30 à 1h du matin

LE CONGRÈS MAILLOT

80, avenue de la Grande Armée - Paris 17$^{\text{ème}}$
Tél. 01 45 74 17 24
7 jours /7. Service continu de 8h à 2h du matin
Voiturier

LE CONGRÈS AUTEUIL

144, boulevard Exelmans - Paris 16$^{\text{ème}}$
Tél. 01 46 51 15 75
7 jours /7. Service continu de 8h à 1h du matin
Voiturier

Sommelier star
À L'HEURE DES VENDANGES

BESANÇON Christophe Menozzi, sommelier, sait faire découvrir les crus méconnus du Doubs (chardonnay des Saugettes de Gilles Vigneron, cuvée Valentine de Jean Tressay, Trousseau Grevillère de Daniel Dugois, L'école buissonnière de Dominique Grand...). Toutes ces merveilles font une bonne compagnie au grand château Chalon du domaine Berthet Bondet ou au rare Galant des Abbesses de Jean Bourdy. Ces escortes de classe accompagnent les mets d'un jeune duo aux fourneaux. Cassolette d'escargots à l'émincé de Morteau et à l'ail des ours ou bonbon de joue de cochon confite au foie gras et caramel de macvin sont bien vus, quoique entachés d'un rien de fadeur. Le choix de comté est superbe et les desserts sont leur partie forte. **Gilles Pudlowski**

Christophe Menozzi, 11, rue Jean-Petit, 25000 Besançon. Tél. : 03.81.81.28.01. Menus : 17 (déj.), 22, 40 €. Carte : 40-50 €. Fermé dim. et lun.

M. Rougemont

Une adresse précieuse pour les amateurs de belles bouteilles.

L. Grandadam

Baissez les yeux vers l'assiette d'Yvon Morvan, c'est là où tout se passe.

Une table phare
LA JUSTESSE DU GOÛT

BREST. Le regard est tout d'abord attiré par la peinture murale d'un couple vêtu façon XVIIIe siècle, avec un gâteau sur le côté. Du kitsch version années 50 « qui n'est pas de mon fait », s'amuse Yvon Morvan. Car en réhabilitant cette ancienne pâtisserie réputée (La Favorite) pour y installer son talent, fin 2007, Yvon a respecté la mesure de protection dont les « œuvres » faisaient l'objet. Après Robuchon, Jamin, Bocuse, l'Alsace, la Corse et sept ans à l'Amirauté à Brest, Yvon Morvan développe ici sa personnalité. Il n'a de cesse de dénicher des petites merveilles sur les marchés et les criées, se passionne pour les artisans de l'élevage. « Inutile de déstructurer les produits quand ils sont de qualité », explique-t-il. Des ormeaux au beurre d'ail, un cannelloni de tourteau au jus de crustacés, une daurade au céleri, et Pierre Hervé, maître d'hôtel attentif, leur associant le vin juste. On n'entre pas dans le cercle restreint des bonnes tables brestoises par hasard. **Renaud Richebé**

L'Armen, 21, rue de Lyon, 29200 Brest. Tél. : 02.98.46.28.34. www.armen-restaurant.fr. Menu du Rocher (midi), 1 à 3 plats, 18 à 31 €. Menu dégustation : 6 plats, 75 €. Carte : 50/55 €. Fermé dim. et lun.

Le thaï citadin
BOBO MAIS BON

PARIS 9e – Khao San Road est le nom de la rue où tous les globe-trotters se retrouvent à Bangkok. À Paris, Khaosan réunit les amateurs de bonne cuisine thaïe mais sans la lourdeur de la déco folklorique qui va souvent de pair. Bien au contraire, ici le bleu canard plutôt tendance se conjugue avec les chaises au look scandinave. Mais le plus intéressant se concentre dans l'assiette. Curry vert, rouge, soupe à la citronnelle... Tous les classiques de cette cuisine parfumée sont au rendez-vous, concoctés par une équipe féminine thaïe. Ici, pas de mauvaise surprise, c'est bon, c'est relevé mais pas trop, avec un petit faible pour les pâtes de riz aux légumes. Bonne adresse pour atterrir doucement – mais peut-être un peu trop lentement – de retour d'un séjour dans le quartier de Khao San Road. **Florence Falkehed**

Khaosan café, 52, rue Condorcet, 75009 Paris. Tél. : 01.49.70.07.06. Formule 15 € (entrée + plat ou plat + dessert). Carte : env. 25 €. Fermé le lun.

G. Le Guyader

Dans un cadre bien sympathique, Alexandra Hirn et ses trois cuisinières thaïes proposent une carte qui fait voyager nos papilles...

Quand l'été indien rime avec dîner dans le patio !

J.-D. Sudres

Cuisine d'extérieur
PROLONGER L'ÉTÉ

GARD – Anne et Rudy Baur sont des hôtes délicieux qui reçoivent « comme à la maison » dans leur demeure enchantée. Il y a le parc de 5 ha, son étang, sa piscine, leur château Second Empire avec ses boiseries, ses stucs, ses hauts plafonds peints. Et puis la cuisine du jeune Nicolas Seigle, ancien de chez Henriroux, à la Pyramide à Vienne, qui cuisine comme l'oiseau chante. Crevettes et guacamole, foie gras de canard rôti aux cerises, asperges tièdes vinaigrette, risotto (du carnaroli parfaitement peu cuit) à l'encre de seiche avec ses calamars sautés. Il y a encore la rascasse en croûte de céréales, la daurade à l'huile d'ail et fenouil confit ou le filet d'agneau rosé avec son épaule confite en pastilla et son boulgour aux légumes de saison. On boit là-dessus la petite Arvine du Valais (les Baur sont suisses et n'oublient pas leurs racines) ou l'étonnant rouge cuvée Mariage du domaine de Gressac signé Forbes. Sans omettre des desserts de choix (tarte au citron revisitée façon mille-feuille, croustillant aux cerises et balsamique). Suffisamment de raisons, s'il en faut, pour faire étape.

Gilles Pudlowski

**Château de Montcaud, dir. Alès, D6, Combe, 30200 Bagnols-sur-Cèze. Tél. : 04.66.89.60.60. Ch. : 180-380 €.
Menus : 19,50 € (bistrot, déj.), 45 €, 57 €, 69 €, 75 €.
Fermé sam. midi et dim. midi.**

Dépendance bistrot
CÔTÉ JARDIN

REIMS – Didier Elena multiplie les cartes et joue toujours aussi bien. Dans le parc du Château des Crayères où il assure déjà sa partition deux étoiles avec maestria (voir *Saveurs* n° 165), il ajoute à son répertoire le registre brasserie. « Ici, c'est New York et la France », clame Didier Elena. En effet, le lieu n'est pas sans rappelé un grand loft élégant avec briques rouges et poutres en acier. Dans l'assiette, on retrouve l'influence de ses années passées à New York, chez Ducasse, avec d'excellents spare ribs ou une clam chowder de qualité. Mais c'est toute la cuisine de bistrot française qu'il revisite. Les harengs pommes à l'huile côtoient les langoustines en ravioles coraillées, la tête de veau ravigote se frotte au turbot au chardonnay… tous les plats ont la Elena Touch, c'est-à-dire qualité des produits et savoir-faire d'un grand. Reste le semainier, alléchant, qui donne envie de revenir tous les jours.

Florence Falkehed

**Le Jardin, 7, av. du Général-Giraud, 51100 Reims.
Tél. : 03.26.24.90.90. www.lescrayeres.com. Menu : 28 € (entrée/plat ou plat/dessert). Carte : env. 50 €. Ouvert tlj.**

DR

Le cadre idyllique se marie parfaitement à l'assiette de qualité.

Benoît Bordier a trouvé le lieu parfait qui abrite désormais ses créations, toujours aussi surprenantes et délicieuses.

Le génie gustatif du chef
ALCHIMIE DE SAISON

HAUTS-DE-SEINE – À Paris, Chez Jean, Benoît Bordier avait gagné une étoile en pétillant d'une énergie créative en phase avec la frénésie de la capitale. Sans renoncer à son goût pour d'étonnants mariages de saveurs (raviole de foie gras au beurre d'algues, soja, potiron ; filet d'agneau rôti à l'ail des ours, jus de poivron et cacahuètes, choux mêlés au yuzu…), le voici qui met sa cuisine en accord avec le cadre bucolique des Étangs de Corot, hameau de quatre jolies maisons, transformé en complexe hôtelier de classe dans l'écrin de verdure de Ville-d'Avray. Jusqu'au début de l'automne, c'est sous de délicieuses paillotes surplombant l'étang, qu'on peut déguster l'inventivité apaisée du chef, dessinant des assiettes frétillantes de fraîcheur (saumon mariné et légumes à la croque-au-sel de truffes sur une aérienne purée citronnée ; pêche pochée, citronnelle et piment, ganache basilic) et de subtiles trouvailles (semi-carpaccio d'agneau aux épices câpres et menthe ; fraises des bois à la bergamote, sorbet melon).

Stéphane Davet

**Les Étangs de Corot, 55, rue de Versailles, 92410 Ville d'Avray.
Tél. : 01.41.15.37.00. Menus : 39 €, 85 €. Fermé dim. soir, lun., mar.**

POUR BIEN COMMENCER...

Grissini au romarin

Recette et stylisme Marine Labrune. Photo Marie-José Jarry.

Fait main !

Préparation : 30 mn + 1 h de repos. Cuisson : 30 mn. Pour 35 grissini env. :

■ 1/2 sachet de levure de boulanger sèche (4 g) ■ 300 g de farine (normale ou type 55) ■ 60 g de parmesan ■ 2 c. à c. rases de romarin sec ■ 4 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 c. à café rase de sel fin

■ Placez la levure dans un verre avec 2 c. à soupe d'eau. Laissez reposer pendant 15 mn. ■ Mélangez la farine, le sel, le parmesan râpé et le romarin. Versez la levure, l'huile et 6-7 c. à s. d'eau. Mélangez bien et pétrissez un peu. Laissez reposer 45 mn à température ambiante. ■ Préchauffez le four à 180°C. Prélevez 1 noix de pâte et façonnez-la en boudin fin d'1 cm de diamètre et de 20 cm de long environ. Faites de même avec le reste de la pâte. ■ Disposez les grissini sur une plaque couverte de papier sulfurisé. Enfournez pour 30 mn env., en baissant à 150°C au bout de 10 mn, pour que les grissini soient croustillants à cœur sans trop colorer à l'extérieur.

Notre conseil vin : un crozes-hermitage rouge.

CUISINER

A. Ida

M.-J. Jarry

V. Lhomme

22 Le bio, on y vient tous ! **31** Et une viande bien ficelée pour la p'tite dame ! **36** Le thon en boîte, c'est toute une histoire ! **38** Du maquereau et des spéculoos, Marine nous gâte encore ! **42** Dépêchez-vous, la saison de la mirabelle est courte ! **44** Jean-François Piège s'installe dans ma cuisine ! **46** La confiture, je la fais et je la mange **51** Cresson, un petit goût de revenez-y **54** La brandade de morue, on en reprend !

Parlez-vous bio ?

Vous restez toujours un peu hébété dans les rayons de votre magasin bio, malgré votre bonne volonté ? Vous ne savez pas comment cuisiner ces drôles de produits AB que vous avez achetés ? Voici le guide qu'il vous faut !

Texte Dominique Lesbros. Recettes et stylisme Natacha Arnoult. Photos Akiko Ida.

Purée de sésame

Imaginez une sorte de beurre de cacahuète, qui serait au sésame (donc gorgé d'éléments nutritifs). Les puristes s'en font des tartines en ajoutant – comme si ce n'était pas assez calorique comme ça – une lichette de miel. Essayez, c'est redoutable ! On peut également s'en servir pour donner du velouté à une sauce (vinaigrette, par exemple) ou la mixer avec des aubergines ou des courgettes grillées pour obtenir une tartinade originale. La purée de sésame est très répandue dans la cuisine moyen-orientale (où elle est appelée tahin). On en trouve sous forme raffinée ou demi-complète (plus amère et plus riche en minéraux). À ne pas confondre avec le confit de sésame, une purée additionnée de sucre de canne.

FICHE PAGE 135

PURÉE D'AUBERGINE, HOUMOUS DE POIS CHICHES ET CRÈME DE FÈVES AU TAHIN

Méfiance alimentaire oblige, la tentation est grande de franchir le seuil d'une boutique bio. Une fois à l'intérieur, des surprises vous attendent… Il y a d'abord, systématiquement, à côté des caisses, pléthore de prospectus vantant les vertus miraculeuses de telle pierre, annonçant une conférence du professeur Truc sur la radiesthésie ou un stage de développement personnel. Ne partez pas en courant, avancez encore ! Les rayons sont remplis de produits de consommation courante labellisés AB (légumes, chocolat, riz, confiture, huiles…) mais aussi de denrées plus insolites, introuvables ailleurs. C'est le cas du miso, de l'agar-agar, des laits végétaux ou de la purée de sésame – exemples parmi d'autres des pépites susceptibles de changer l'ordinaire de vos menus, à condition de savoir les utiliser !

Les personnes végétariennes ou sujettes à des allergies alimentaires (au gluten, au lactose…) – clients pionniers des magasins bio – partagent dorénavant leur panier avec des consommateurs soucieux de ne pas empoisonner leur organisme de pesticides, et plus généralement de préserver l'environnement. Un autre type de clientèle est également apparu : les gourmands créatifs qui trouvent là matière à mille inventions. De fait, des enseignes « vertes » plus attrayantes sont apparues (Naturalia, Biocoop, Les Nouveaux Robinson…), gommant l'image austère des toutes premières boutiques.

Le modèle japonais

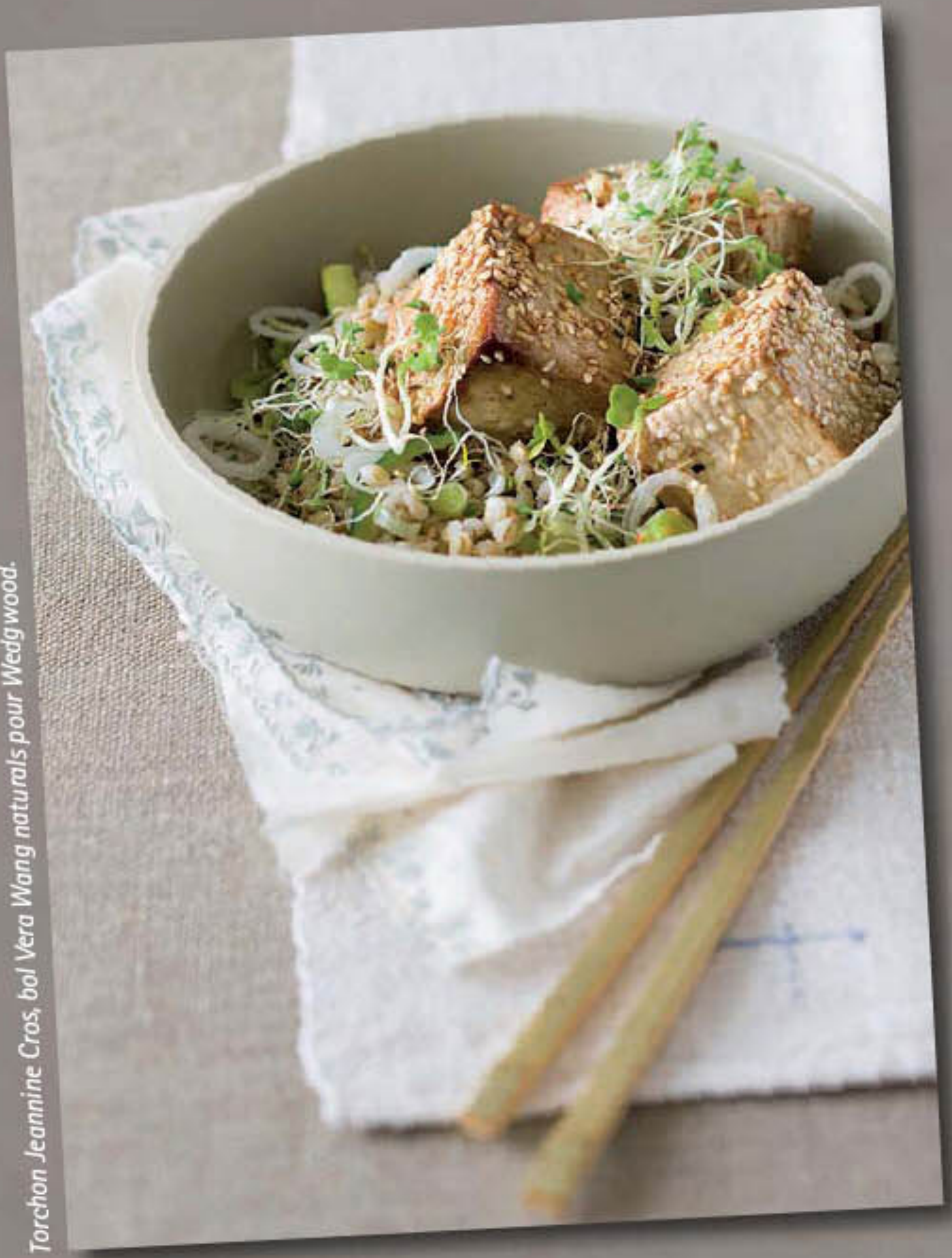
Il y a de quoi être surpris par la variété des céréales et légumineuses proposées (quinoa, épeautre, sarrasin, orge mondé…) et par la diversité des saveurs et des textures rencontrées (l'onctuosité du tofu soyeux, le craquant élastique des galettes de riz…). Autre motif d'étonnement : la présence marquée de produits japonais (tofu, miso, seitan, algues, agar-agar…). Ce n'est ni un hasard ni une mode. Quand les personnes intolérantes au lactose ont cherché des produits de substitution au lait, elles se sont tout naturellement tournées vers le Japon, où les laitages n'ont eu droit de cité que depuis la fin de la Seconde guerre mondiale. Les Nippons ont dû puiser ailleurs leurs protéines (dans le tofu, les algues, le miso, les haricots azuki…) et leur longévité leur donne raison (ils sont numéro un mondial). Imitez-les donc ! Votre santé n'en sera que meilleure et vous verrez que vous prendrez beaucoup de plaisir à employer ces ingrédients inhabituels. ❖

Pour en savoir plus, plongez-vous dans Le Petit manuel pour ne pas avoir l'air d'une courge dans une épicerie bio, *de Stéphanie de Turckeim, Tana éditions.*

Miso Ancêtre de la sauce soja, cette pâte fermentée sert de condiment au Japon. Composé de fèves de soja, de haricots, d'orge ou de riz auxquels s'ajoutent eau, sel et ferment. Son goût va du sucré au salé avec un subtil fumet de viande. Il contient 10 à 20% de protéines et de la vitamine B12. Pour en profiter, il faut prendre du miso non pasteurisé et avec un temps de fermentation le plus long possible (environ 2 ans). Il se conserve six mois au frais (dans un sachet hermétique) et s'utilise comme un bouillon cube dans les plats en sauce, mais en fin de cuisson.

Arrow root Sa traduction (« racine à flèche ») rappelle les Indiens Arawaks qui l'utilisaient pour soigner les blessures par flèches empoisonnées. Ici et maintenant, on s'en sert comme fécule ou liant pour épaissir les liquides. L'arrow root n'a aucun goût et s'accorde aux mets salés et sucrés. Il suffit de délayer cette poudre blanche dans un peu de liquide froid (eau, lait, bouillon) avant de l'incorporer dans la préparation chaude.

Azuki Comme pour la plupart des légumineuses, il importe de faire longuement tremper ces haricots japonais, au moins une nuit entière avant de les faire cuire (1 volume d'azuki pour 3 volumes d'eau) pendant 2 h. Après quoi les haricots gonflent et s'amollissent, ils sont prêts à être réduits en purée, en les pressant dans une mousseline qui retiendra les peaux. Une fois sucrée, cette pâte au goût de châtaigne se mêle à des desserts (gaufres, crêpes, fromage blanc…).



Torchon Jeannine Cros, bol Vera Wang naturals pour Wedgwood.

POÊLÉE DE TOFU AU SÉSAME

À essayer !

Préparation : 20 mn. Trempage : 6 h. Marinade : 30 mn. Cuisson : 1 h 05. Pour 4 personnes :

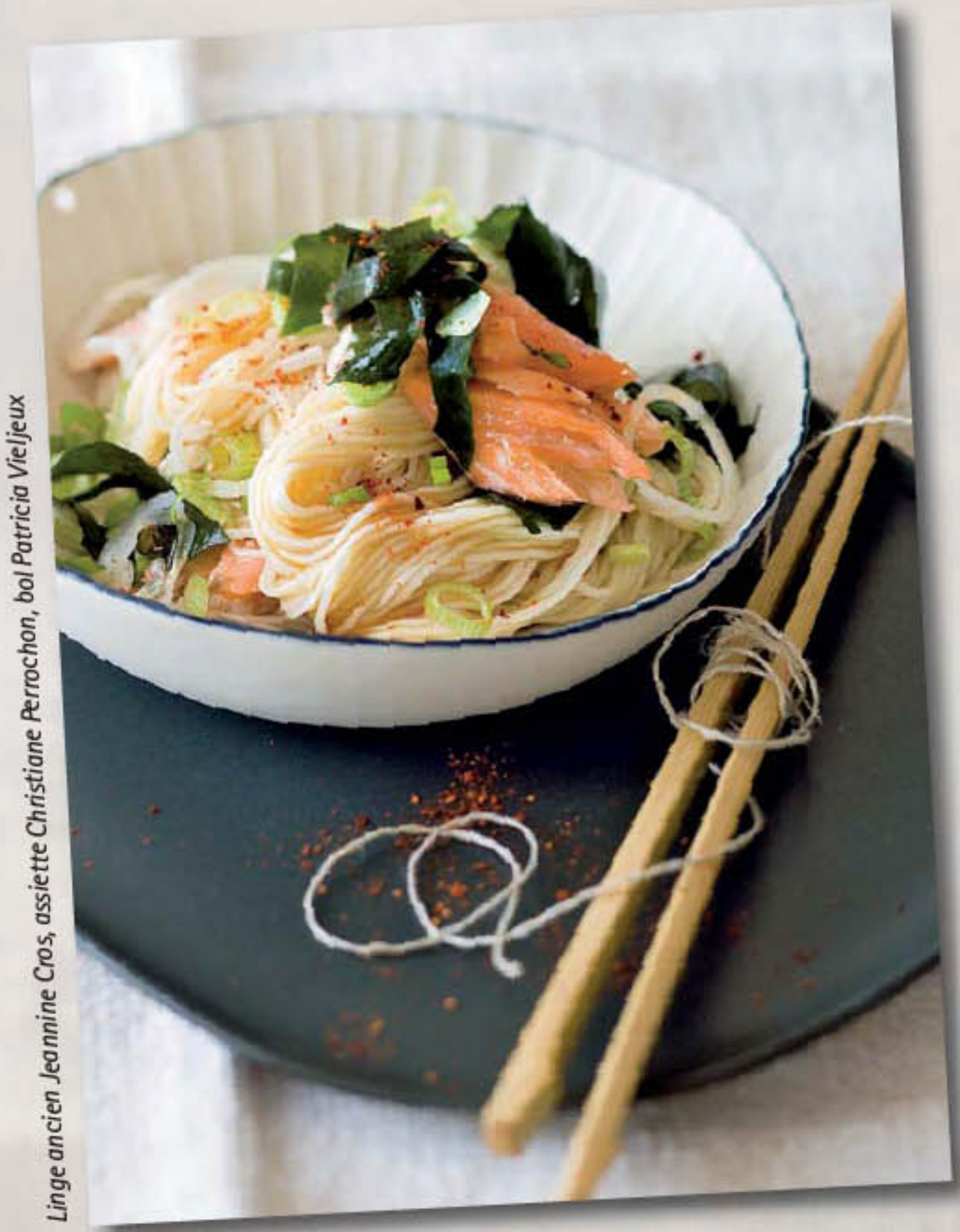
■ 400 g de tofu ferme ■ 150 g d'orge ■ 100 g de graines germées (radis, alfalfa, poireau, roquette…) ■ 4 c. à soupe d'huile d'olive ■ 3 c. à soupe de sauce soja ■ 3 c. à soupe d'huile de sésame ■ 1 c. à soupe de jus de citron ■ 2 oignons nouveaux ■ 3 c. à soupe de graines de sésame ■ Piment d'Espelette ■ Sel, poivre du moulin

■ Rincez l'orge et faites-le tremper pendant 6 h dans de l'eau froide.
■ Portez une grande quantité d'eau salée à ébullition et faites cuire l'orge sur feu doux à couvert, pendant 1 h. Égouttez et rincez sous l'eau fraîche. Réservez.
■ Coupez le tofu en cubes, essuyez-les et faites-les mariner avec la sauce soja et l'huile de sésame pendant 30 mn, en retournant de temps en temps.
■ Égouttez le tofu et passez-le dans 2 c. à soupe de graines de sésame. Faites chauffer 2 c. à soupe de marinade dans une poêle et faites revenir les cubes de tofu pendant 5 mn de tous côtés.
■ Émincez finement les oignons nouveaux.
■ Faites dorer les graines de sésame restantes dans une poêle antiadhésive pendant quelques minutes.
■ Mélangez le reste de marinade, l'huile d'olive et le jus de citron. Salez et poivrez et ajoutez une pincée de piment d'Espelette.
■ Servez l'orge avec les graines germées et le tofu. Arrosez de sauce et parsemez de graines de sésame grillées.

Notre conseil vin : un arbois blanc.

Tofu

Fade, le tofu ? Évidemment et c'est là l'un de ses atouts : tel un caméléon, il éponge la saveur des ingrédients avec lesquels on le fait cuire. Découpé en cubes et jeté dans une sauteuse avec une poêlée de légumes, un tajine ou un curry au lait de coco, il apporte un fondant délicieux et en prime une dose exceptionnelle de protéines fort digestes. Au tofu basique en bloc blanchâtre, préférez le tofu fumé, moins humide et plus goûteux. Coupé en dés, il agrémente une salade ou remplace, ni vu ni connu, les lardons dans une quiche. Il peut être aussi mixé et associé à une mousse de légumes. Autre déclinaison à découvrir : le tofu soyeux qui révèle, lui, un vrai goût de soja (ingrédient de base du tofu) et remplace la crème dans les desserts (tiramisu, crèmes, mousses…), qu'il rend onctueux à souhait.



Linge ancien Jeannine Cros, assiette Christiane Perrochon, bol Patricia Vieljeux

NOUILLES AU SAUMON ET AUX ALGUES

Iodé

Préparation : 20 mn. Cuisson : 10 mn. Pour 4 personnes :

■ 2 pavés de saumon de 200 g chacun ■ 1 c. à soupe d'huile neutre ■ 300 g de nouilles somen japonaises ou de nouilles au thé vert ou de cheveux d'ange ■ 2 c. à soupe d'algues déshydratées (wakame) ■ 5 c. à soupe de mirin ■ 4 c. à soupe de sauce soja ■ 1 c. à café de gingembre frais finement râpé ■ 1 pincée de piment ■ Sel

■ Portez le mirin, la sauce soja et le gingembre râpé à ébullition dans une casserole, puis ajoutez 5 à 10 cl d'eau et faites bouillir 3 mn. Passez au chinois et laissez refroidir.
■ Faites tremper les algues dans de l'eau bouillante pendant 10 mn.
■ Égouttez et détaillez en lanières.
■ Faites cuire les nouilles 2 mn dans l'eau bouillante salée.
■ Égouttez et passez sous l'eau froide pour arrêter la cuisson. Placez dans un saladier et couvrez d'eau froide. Réservez.
■ Préchauffez le four à 180°C.
■ Faites chauffer l'huile dans une poêle et faites revenir le saumon côté peau pendant 5 mn, puis continuez la cuisson au four pendant 5 mn. Détachez la chair.
■ Servez les nouilles froides et égouttées dans des bols avec les algues, le saumon et la sauce. Saupoudrez de piment.

Notre conseil vin : une roussette de Montagnieu.

NOTA BENE. Le mirin est un assaisonnement d'origine japonaise fabriqué à partir de riz gluant, à la texture sirupeuse et au goût sucré.

Algues

Peu engageantes, les algues portent pourtant en elles des trésors de bienfaits. Certaines variétés contiennent deux fois plus de protéines que les œufs ou la viande et elles savent rassasier sans faire grossir. Si vous les achetez sèches, il faut les réhydrater environ 20 mn dans de l'eau froide avant utilisation. Sinon, elles sont prêtes à être ajoutées à une soupe, une salade, un plat de pâtes... L'arame a une saveur délicate, douce et légèrement sucrée. L'hijiki, plus croustillant, rappelle la noisette. Le konbu, plus iodé, requiert une cuisson de 10 mn. Le nori, sous forme de fine feuille, enveloppe traditionnellement sushi, maki et onigiri (sandwichs triangulaires) auxquels elle donne un goût de poisson. Le wakame se mange cru, en salade, ou cuit avec des viandes, fruits de mer, poissons, bouillons... On peut aussi le faire griller et le moudre pour l'employer comme condiment.

SALADE DE SARRASIN KACHA AU POULET ET AU RAISIN

Original

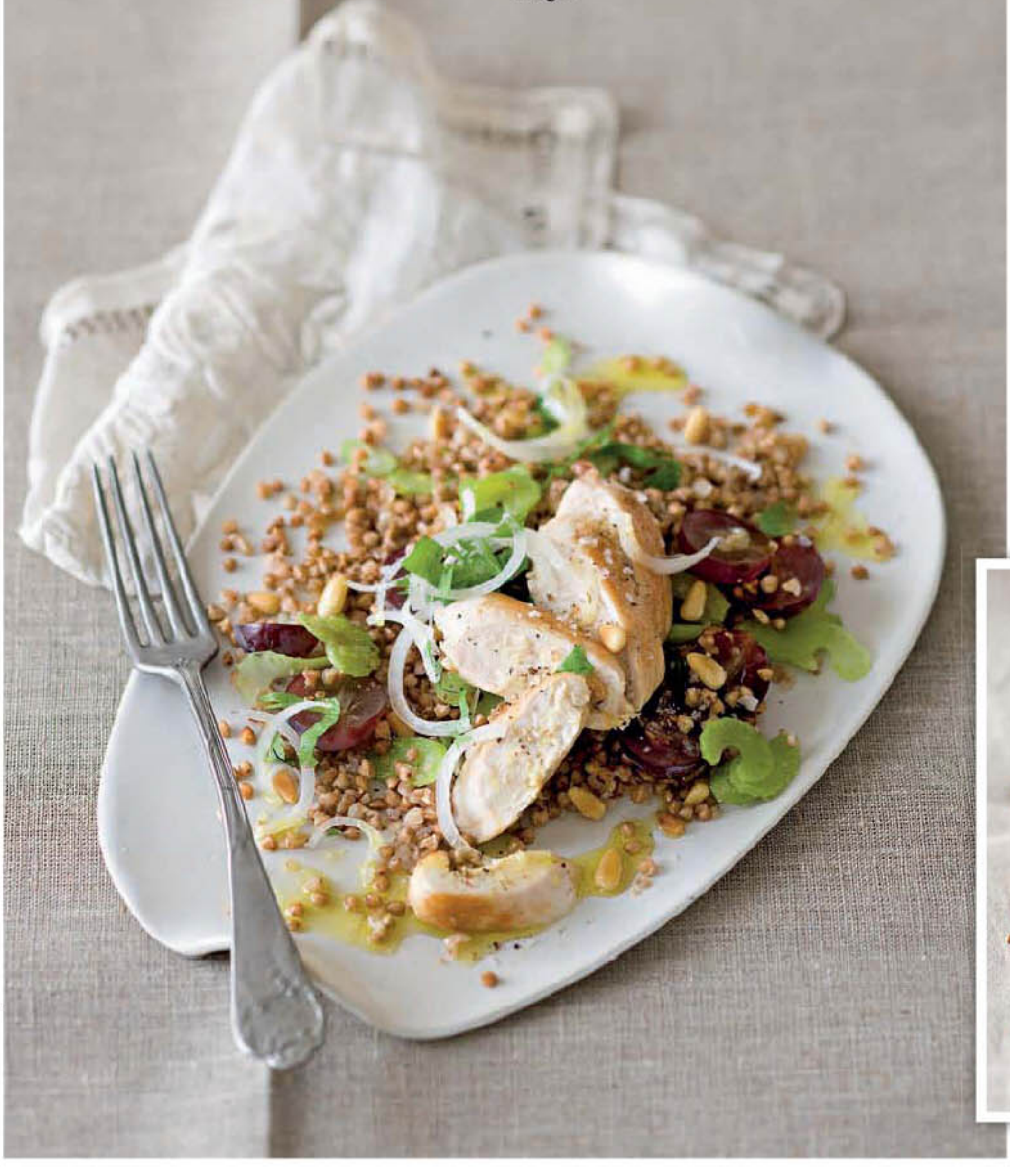
Préparation : 20 mn. Cuisson : 15 mn.
Pour 4 personnes :

■ 2 blancs de poulet ■ 200 g de kacha ■ 3 branches de céleri et quelques feuilles ■ 200 g de raisin moscatel ■ 40 g de pignons de pin ■ 1 oignon blanc ■ Huile d'olive

La vinaigrette ■ 3 c. à soupe de vinaigre de Reims ■ 1 c. à café de miel d'acacia ■ 1 c. à café de jus de citron ■ Sel, poivre

■ Faites griller les pignons de pin à sec dans une poêle antiadhésive pendant quelques minutes. Réservez.
■ Faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle, puis faites cuire les blancs de poulet pendant 5 à 7 mn de chaque côté.
■ Laissez refroidir quelques minutes puis coupez les blancs de poulet en tranches.
■ Portez une grande quantité d'eau salée à ébullition et faites cuire la kacha pendant 4 mn. Égouttez et rincez sous l'eau fraîche.
■ Rincez le céleri, puis émincez-le finement ainsi que les feuilles.
■ Rincez les grains de raisin, puis coupez-les en 2. Pelez et émincez finement l'oignon blanc.
■ Mélangez délicatement la kacha, le céleri émincé et les grains de raisin, les blancs de poulet, les pignons de pin, l'oignon blanc.
■ Mélangez le vinaigre, le jus de citron, le miel, du sel et du poivre. Versez sur la salade.
■ Servez frais ou à température ambiante.

Notre conseil vin : un côtes-de-provence rouge.



Assiette Patricia Viedjeux.

Kacha

Ainsi appelle-t-on les grains de sarrasin grillés. Son mode de préparation est identique à celui de la semoule, c'est-à-dire qu'il ne faut pas mettre trop d'eau, sans quoi la kacha devient bouillie. Elle possède un goût rustique, mi-amer mi-fumé, qui s'accorde très bien avec les champignons par exemple. On peut en farcir des légumes ou en faire des galettes, solidarisées à l'aide de gruyère râpé. La kacha est très répandue dans les pays slaves, c'est même le plat national des Polonais qui en avalent au petit-déjeuner ! Vierge de gluten (les allergiques apprécieront), elle est gorgée de magnésium, phosphore, calcium et vitamines du groupe B.

Idées reçues sur les produits bio

Ils sont diététiques (et donc bons pour ma ligne) ?

Faux

Bio ne rime pas avec diététique. Engloutissez quelques cuillerées de purée de sésame ou de confit d'amande et vous verrez votre balance grimacer.

Ils sont plus chers ?

Pas forcément

Certes, les produits bio sont de 20 à 30 % plus chers mais ils rassasient mieux, parce qu'ils sont complets ou plus riches en nutriments ; une quantité moindre suffit. La viande AB réduit moins à la cuisson et le pain complet au levain rassit moins vite... En règle générale, une « bio attitude » va de pair avec un mode de consommation plus sage et réfléchi. Le surcoût du bio se justifie par un rendement plus faible et par l'investissement consacré à l'obtention de la certification.

Ils sont meilleurs pour la santé ?

Vrai

D'après certaines études, les consommateurs bio addicts seraient plus résistants aux infections et leur organisme réagirait mieux aux antibiotiques. Mais il est difficile de savoir si ces bénéfices sont liés au caractère bio de leur alimentation ou à leur mode de vie en général. Les fruits et légumes exempts de pesticides sont plus riches (de 25 à 50 %) en vitamine E, en bêta-carotène et en oméga 3. Le lait bio regorge d'acides gras essentiels et d'oméga 3. Les yaourts et fromages bio ont une teneur supérieure en vitamine E. Le veau et l'agneau estampillés AB sont deux à trois fois moins gras que ceux issus de l'agriculture conventionnelle. Ils contiennent aussi davantage d'acides gras essentiels (bénéfiques, notamment, pour la peau). Idem pour le poulet qui fait du jogging en plein air.

FICHE PAGE 135

SCONES AU SON D'AVOINE ET AUX FIGUES SÈCHES

Assiette Vera Wang naturals pour Wedgwood.

Son d'avoine

Une panacée ? Cela y ressemble, en regard de l'innombrable littérature diététique sur le sujet. Le son d'avoine serait l'aliment amaigrissant par excellence car il emporterait avec lui, lors du transit, toutes les graisses et sucres indésirables. Extrêmement riche en fibres solubles et en pectine, il peut absorber entre vingt et quarante fois son volume d'eau, ce qui induit un effet de satiété. Le son d'avoine est une poudre brune, très douce au toucher, résultant de la pulvérisation de la seule enveloppe du grain d'avoine (le grain, lui, étant transformé en flocons). On peut en ajouter une ou deux cuillers dans une boisson (lait, potages) ou un dessert (yaourt, compote, pâtisseries, crêpes...), auquel il donnera un goût de noisette.

Assiette Vera Wang naturals pour Wedgwood.

GÂTEAU D'ÉPICES

Miam !

Préparation : 15 mn. Cuisson : 1 h.
Pour 6 personnes environ :

■ 125 g de beurre ■ 80 g de mélasse ■ 90 g de miel ■ 90 g de sucre roux ■ 20 cl de lait ■ 250 g de farine ■ 1 sachet de levure ■ 1 pincée de sel ■ 1 c. à soupe d'épices pour pain d'épices ■ 1 œuf

■ Préchauffez le four à 180°C.
■ Faites fondre le beurre sur feu doux.
■ Faites chauffer le lait, la mélasse, le miel et le sucre jusqu'à ce que tout soit fondu.
■ Mélangez la farine, les épices, la levure et le sel dans un grand bol. Ajoutez le mélange de lait, miel et mélasse et mélangez. Ajoutez le beurre fondu puis l'œuf et mélangez de nouveau.
■ Beurrez un moule (sans le fariner), versez la pâte et enfournez. Baissez la température du four à 160°C et faites cuire pendant 45 mn à 1 h, jusqu'à ce que la pointe d'un couteau ressorte sèche.

Notre conseil vin : un alsace-pinot-gris.

Mélasse

Sombre comme du café, sirupeuse comme du miel et très sucrée, voici la mélasse, résidu non cristallisable de la fabrication du sucre de canne ou de la betterave. Jadis le parent pauvre du sucre raffiné, la mélasse commence à conquérir les foyers grâce à ses atouts nutritionnels, notamment sa richesse en vitamine B, en minéraux et oligoéléments (fluor, calcium, potassium, fer, cuivre...), absents du sucre blanc. Elle possède un fort pouvoir colorant et donne aux pâtisseries une surprenante note caramélisée.

PANNA COTTA AU PRALINÉ

Tout simple

Préparation : 10 mn + 3 h de repos au frais minimum. Cuisson : 1 mn. Pour 4 pers. :

■ 80-100 g de pralinoise en tablette ou de praliné (magasins pour pâtisserie) ■ 50 cl de crème fleurette ■ 2 g d'agar-agar ■ 20 g de sucre en poudre

■ Faites fondre la crème fleurette, la pralinoise (ou le praliné) et le sucre sur feu doux en mélangeant. Portez à ébullition.
■ Ajoutez l'agar-agar en mélangeant, puis portez de nouveau à ébullition.
■ Versez dans 4 ramequins et placez au frais pendant 3 h minimum.
■ Servez avec une sauce au caramel ou au café par exemple.

Notre conseil vin : un barsac.

Assiette Christiane Perrochon.

Agar-agar

C'est un gélifiant puissant, obtenu à partir d'algues rouges déshydratées. Un cuisinier japonais en a fait la découverte par hasard au XVII^e^ siècle, en faisant bouillir un reste de nourriture contenant ces algues puis en faisant refroidir sa préparation qui s'est alors transformée en gelée. Neutre de goût, il permet de réaliser flans, bavarois, crèmes ou terrines sans utiliser d'œufs ni de gélatine (d'origine animale). Préférez l'agar-agar en poudre (plus pratique que celui vendu en barres ou en paillettes) et ayez la main légère : 2 g suffisent pour solidifier un demi-litre de liquide. Il faut mélanger, porter à ébullition, laisser frémir quelques instants, verser dans des récipients individuels, laisser refroidir et enfin réfrigérer 1 ou 2 h.

Bien **ficelé !**

On n'a pas idée de tout ce qu'on peut préparer avec un bout de ficelle de cuisine ! Place aux travaux pratiques...

Recettes et stylisme Valéry Drouet. Photos Pierre-Louis Viel.

FICHE PAGE 131

PAUPIETTES DE SAUMON AUX CHAMPIGNONS

Assiettes Emmanuelle Wittmann, serviette Jeannine Cros.

FICHE
PAGE 131

CAILLE BRAISÉE AUX CHAMPIGNONS ET MUSCAT

Assiette Astier de Villatte.

Plat et bol Emmanuelle Wittmann, serviette Jeannine Cros.

PETITS ROULÉS D'AGNEAU À L'ORIENTALE

Relevé

Préparation : 30 mn. Cuisson : 40 mn.
Pour 4 personnes :

■ 4 épigrammes d'agneau de 180 g environ chacun ■ 1 c. à soupe de harissa ■ 50 g de pignons de pin ■ 1 bouquet de coriandre fraîche ■ 5 cl d'huile d'olive ■ 50 g de petites olives mélangées ■ Sel, poivre

■ Préchauffez le four à 170°C.
■ Mettez la harissa, les pignons de pin, les feuilles de coriandre, l'huile d'olive, du sel et du poivre dans le bol d'un mini-robot. Faites tourner 1 mn pour obtenir une pâte un peu liquide.
■ Coupez les épigrammes en deux, badigeonnez-les avec la moitié de la préparation. Roulez-les, puis ficelez-les en serrant assez fort. Posez-les dans un plat allant au four et badigeonnez-les avec un peu de préparation à la harissa.
■ Enfournez pour 40 mn en les retournant et en arrosant régulièrement. Mélangez les olives avec le reste de la préparation et un peu d'huile d'olive si elle est trop épaisse.
■ Servez les épigrammes avec la sauce aux olives et une semoule à la cannelle.

Notre conseil vin : un chassagne-montrachet rouge.

CONSEIL
Les épigrammes sont des petites tranches de poitrine. Faites-les mariner la veille, une nuit au réfrigérateur, avant de les cuire, ils seront plus parfumés.

COCOTTE D'ÉPAULE DE VEAU AU CITRON

Épicé

Préparation : 30 mn. Cuisson : 1 h 30. Pour 4 personnes :

■ 800 g d'épaule de veau ■ 1 citron confit au sel ■ 30 cl de jus de veau ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 c. à soupe de gingembre en poudre ■ 1 c. à soupe de graines de cumin ■ 2 c. à s. de miel liquide ■ 1 botte d'oignons nouveaux ■ 1 botte de petites carottes ■ 40 g de beurre ■ 2 c. à soupe de sucre ■ Sel, poivre

■ Préchauffez le four à 180°C. Coupez le citron en fines tranches. Déposez-les sur l'épaule de veau, puis ficelez-la fermement en maintenant bien les tranches de citron. Saupoudrez de gingembre l'épaule, salez, poivrez.

■ Saisissez l'épaule dans une cocotte, dans l'huile d'olive, avec les graines de cumin. Une fois dorée, versez le miel, laissez légèrement caraméliser, puis versez le jus de veau.

■ Couvrez la cocotte, mettez-la au four et laissez cuire 1 h 15 environ, en arrosant la viande de jus pendant la cuisson.

■ Pendant ce temps, épluchez les carottes et les oignons. Faites-les dorer dans le beurre, dans une casserole. Ajoutez le sucre, laissez blondir puis couvrez d'eau à hauteur. Salez, poivrez, couvrez les légumes avec une feuille de papier sulfurisé, laissez cuire 10 à 15 mn sur feu moyen pour les glacer.

■ En fin de cuisson de l'épaule, ajoutez les légumes glacés dans la cocotte et servez.

Notre conseil vin : un gevrey-chambertin.

Cocotte Le Creuset, serviette Jeannine Cros.

Couteau Wüsthof.

ROULÉ DE FILET MIGNON AU LARD ET AU COMTÉ

Gourmand

Préparation : 10 mn. Cuisson : 20 mn. Pour 4 personnes :

■ 2 filets mignon de porc de 400 g environ ■ 16 tranches très fines de lard fumé ■ 60 g de comté ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

■ Préchauffez le four à 210°C. ■ Dégraissez les filets mignon. Ouvrez-les en deux en portefeuille. ■ Taillez le comté en petits bâtons. Répartissez les bâtons de comté à l'intérieur des filets mignon. Salez, poivrez, refermez les filets mignon. ■ Étalez les tranches de lard sur une planche. Posez les filets mignon dessus, enroulez-les avec le lard, puis ficelez-les comme un rôti en serrant légèrement. ■ Posez les filets mignon dans un plat à four, arrosez-les d'huile d'olive. ■ Enfournez-les pour 15 à 20 mn. ■ Sortez-les du four, laissez reposer 5 mn dans une feuille de papier aluminium avant de les trancher.

Notre conseil vin : un beaujolais rouge.

Le thon, boîte à délice !

S'il est toujours prêt à dépanner quand on a oublié de faire les courses, il a aussi sa place de choix les autres jours. *Texte Dominique Lesbros. Recettes et stylisme Delphine Brunet. Photos David Japy.*

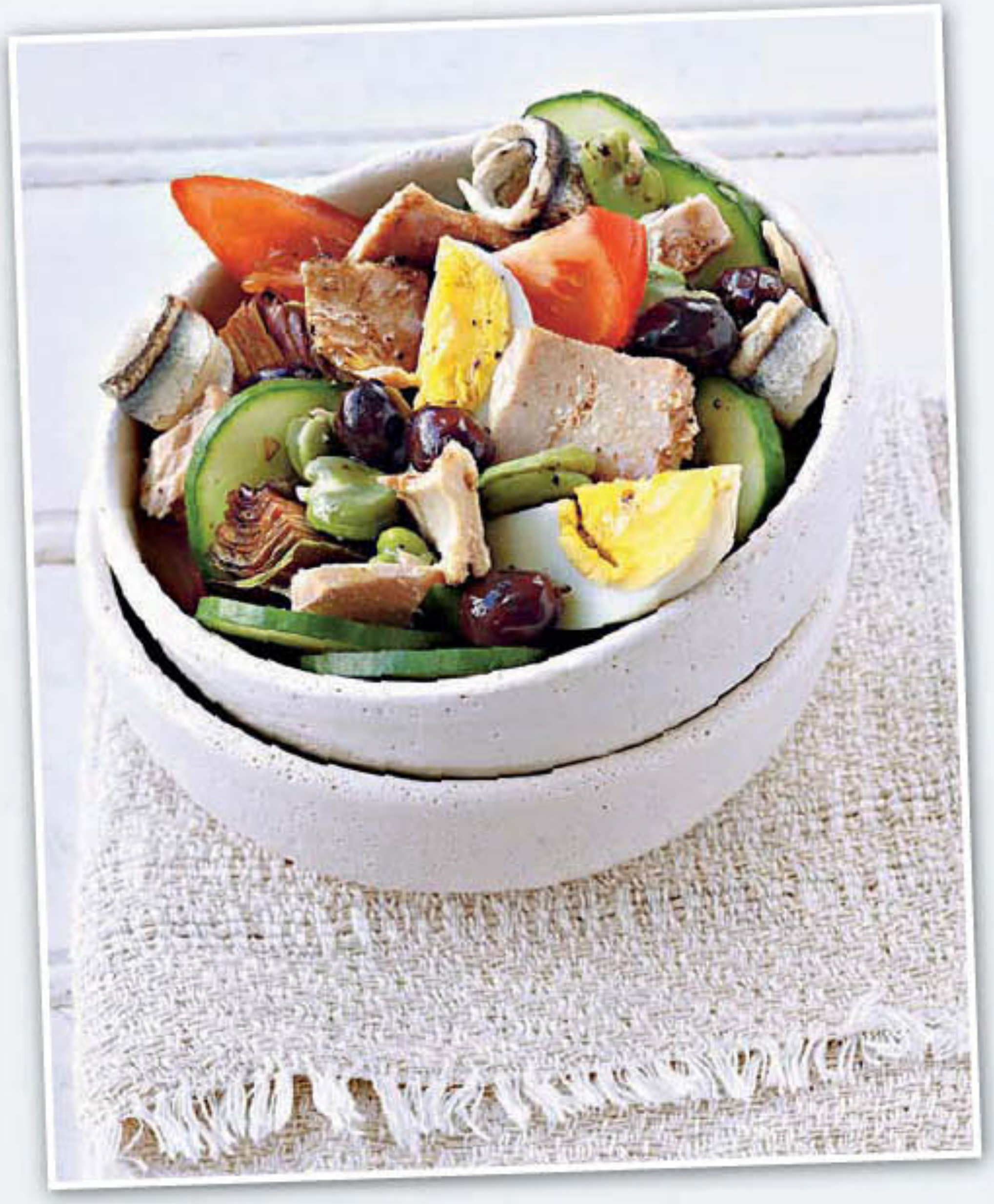
Pourquoi l'argot fait-il rimer "thon" et "laideron" ? C'est grande injustice en regard de la silhouette merveilleusement profilée de la bête ; quant à sa tête, ma foi, la lotte ou la rascasse sont mille fois plus repoussantes. La famille thon comprend le thon rouge, l'albacore, le patudo, le listao et… le cousin germon, la plus noble et la plus recherchée des espèces de thon mises en conserve. En matière de finesse gustative, le germon, que l'on appelle aussi thon blanc, grille la vedette à tous les autres. Sa chair fine et tendrement rosée s'apparente par son moelleux à celle du veau.

Il bénéficie – privilège suprême – d'un label rouge, associé à la marque Connétable. Ce thon labellisé est exclusivement pêché au chalut pélagique dans les eaux de l'Atlantique nord-est, lors de campagnes très courtes (dix jours à peine). Contrairement à la majorité des thons du marché, ce thon blanc n'est pas congelé à bord mais simplement glacé et réfrigéré. Le poisson est débarqué à la pointe du Finistère, au port de Lorient ou du Guilvinec, puis il prend le chemin de la conserverie, à Douarnenez.

À chacun son travail

Là, les poissons passent par ce que l'on appelle la "boucherie" ; ils sont suspendus par la queue afin que des hommes puissent, au couteau, lever les filets de part et d'autre de l'arête centrale. Ensuite, une équipe de femmes prend le relais pour retirer les arêtes, les petits fragments de peau restants ainsi que les muscles bruns. On dit qu'elles "travaillent les longes". Une fois le poisson "paré", il est découpé, mis en boîte mécaniquement, puis recouvert d'une saumure légère afin de saler le poisson. Le couvercle est fixé sur la boîte par sertissage. Pour finir, les boîtes parfaitement hermétiques sont lavées avant d'être appertisées. L'appertisation (stérilisation) permet non seulement de cuire le poisson mais aussi de garantir sa longue conservation (quatre ans).

Voilà enfin cette boîte entre vos mains. Prenez-la, regardez-la… Vous remarquez, inscrit sur l'étiquette pour une traçabilité parfaite, le nom de l'un des cinq chalutiers habilités à pêcher le thon label rouge. Qui a pêché votre thon ? L'Eurêka, le Ronsard, le Bougainville, le La Pérousse ou le Pen Kiriac III ? Ne sentez-vous pas, à cette évocation, quelques embruns vous fouetter le visage ? Ouvrez maintenant la boîte. Ces jolies petites lamelles roses, sagement alignées, vous font saliver. La chair du germon est non seulement plus pâle et plus fine que celle des autres thons, mais aussi plus moelleuse, moins sèche, parce qu'elle n'a subi aucune congélation. Mais chut ! Maintenant, on savoure…



SALADE NIÇOISE

La vraie, sans riz !

Préparation : 15 mn. Cuisson : 10 mn. Pour 6 personnes :

■ 2 tomates ■ 1/2 concombre ■ 200 g de févettes écossées (1 kg en gousses) ■ 150 g de thon germon au naturel ■ 3 œufs durs ■ 3 artichauts violets ■ 100 g d'olives noires (niçoises) ■ 6 anchois marinés ■ Quelques feuilles de basilic (facultatif) ■ 1 gousse d'ail ■ 4 c. à s. d'huile d'olive ■ Sel et poivre

■ Lavez les légumes, écossez les fèves et cuisez-les 5 mn à la vapeur.
■ Faites cuire les œufs 10 mn en commençant à l'eau froide.
■ Égouttez le thon et les anchois.
■ Enlevez les premières feuilles des artichauts et coupez tous les légumes en tranches. Ciselez le basilic. Hachez l'ail et mélangez-le à l'huile d'olive, au sel et au poivre.
■ Écalez les œufs sous l'eau froide et coupez-les en 4.
■ Épluchez les fèves et rafraîchissez-les.
■ Présentez tous les légumes dans un plat un peu creux, ajoutez le thon émietté, les œufs, les olives et les anchois.
■ Salez, poivrez, ajoutez l'ail, le basilic et l'huile d'olive.

Notre conseil vin : un alsace pinot noir.

CAKE AU THON, POIVRON ET CITRON CONFIT

Pour changer

Préparation : 15 mn. Cuisson : 40 mn. Pour 6 personnes :

■ 150 g de thon germon au naturel ■ 220 g de farine avec poudre levante ■ 90 g de parmesan râpé ■ 2 yaourts brassés nature ■ 2 œufs ■ 5 c. à s. d'huile d'olive ■ 1 citron confit au sel (25 g) ■ 50 g d'olives noires dénoyautées ■ 1/2 poivron rouge ■ Sel et poivre du moulin

■ Préchauffez le four à 180°C.
■ Égouttez le thon et les olives.
■ Dans un saladier, mélangez la farine avec l'huile, les œufs, les yaourts et le parmesan.
■ Mélangez bien et ajoutez le thon émietté, les olives coupées en 2, le citron confit coupé en petits bouts et le 1/2 poivron coupé en lanières. Ne salez pas trop, le citron l'étant déjà suffisamment, poivrez.
■ Mélangez à nouveau.
■ Versez la préparation dans un moule à cake beurré.
■ Enfournez pour 35 à 40 mn.
■ Démoulez et servez avec une salade frisée.

Notre conseil vin : un béarn blanc.

COMMENT L'UTILISER ?

Mixé et mélangé à de l'ail, de la feta, du fromage blanc et coupé d'un filet d'huile d'olive, le thon accompagne des biscuits apéritif, forme une garniture de tarte salée, un farci de poivrons, de tomates ou de champignons... Simplement émietté, il parsème une omelette, une pizza, une salade, des pâtes ou enrichit un cake. Ne jetez pas le jus de la saumure. Arrosez-en des pâtes, du riz, mêlez-le à la vinaigrette, à la sauce du moment.

Les imprévus de Marine

Deux-trois ingrédients, un zeste d'originalité, une pincée d'astuces, et le tour est joué…

Recettes et stylisme Marine Labrune. Photos Marie-José Jarry.

SALADE DE LENTILLES ET BOULGOUR AU MAQUEREAU FUMÉ

Pour changer

Préparation : 10 mn. Cuisson : 25 mn. Pour 4 personnes :

■ 200 g de lentilles corail ■ 150 g de lentilles vertes ■ 150 g de boulgour (blé concassé) ■ 4 petits filets de maquereau fumé (nature ou au poivre) ■ 1 petit oignon ■ 1 gousse d'ail ■ 1/2 botte de ciboulette ■ 1 brin de thym ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1,5 c. à soupe de jus de citron ■ Sel, poivre

■ Faites cuire les lentilles vertes, dans une casserole d'eau frémissante non salée, avec l'oignon en quartiers et le thym. Comptez env. 20 mn de cuisson et ne salez qu'à la fin.
■ Faites cuire le boulgour, dans une autre casserole d'eau frémissante, salée cette fois. Comptez environ 10 mn de cuisson.
■ Faites cuire enfin les lentilles corail avec la gousse d'ail entière. Comptez environ 7 mn de cuisson en surveillant.
■ Égouttez les lentilles et le boulgour lorsqu'ils sont cuits mais al dente, en les refroidissant sous un filet d'eau. Retirez l'oignon, le thym et l'ail.
■ Préparez la vinaigrette en mélangeant l'huile, le jus de citron, la ciboulette ciselée et du poivre. Versez la vinaigrette sur les lentilles et mélangez.
■ Retirez la peau des filets de maquereau et découpez-les en petits morceaux. Incorporez dans la salade. Dégustez en plat principal.

Notre conseil vin : un savennières.

Mes petits plus

+ Le maquereau fumé est vendu sous-vide, au rayon frais des grandes surfaces, et présente l'avantage de se conserver assez longtemps tant qu'il n'est pas déballé. Il peut aussi être parfumé au poivre, c'est très bon !
+ On ne sale les lentilles vertes que lorsqu'elles commencent à être tendres car le sel a pour effet de ralentir leur cuisson
+ Surveillez bien la cuisson des lentilles corail car elles ont au contraire vite fait de se transformer en purée.
+ Inutile de saler la vinaigrette puisque tous les ingrédients le sont déjà !

Cette salade complète est aussi très bonne juste tiède.
Pour simplifier, n'utilisez que des lentilles vertes.

SPÉCULOOS AUX AMANDES

Craquant

Préparation : 15 mn. Repos : 1 h minimum. Cuisson : 10 mn. Pour 50 spéculoos environ :

■ 300 g de farine ■ 150 g de beurre ■ 120 g de cassonade brune ■ 100 g d'amandes effilées ■ Quelques gouttes d'extrait de vanille ■ 1 c. à café de cannelle en poudre ■ 1/2 c. à café de gingembre en poudre ■ 1 bonne pincée de sel

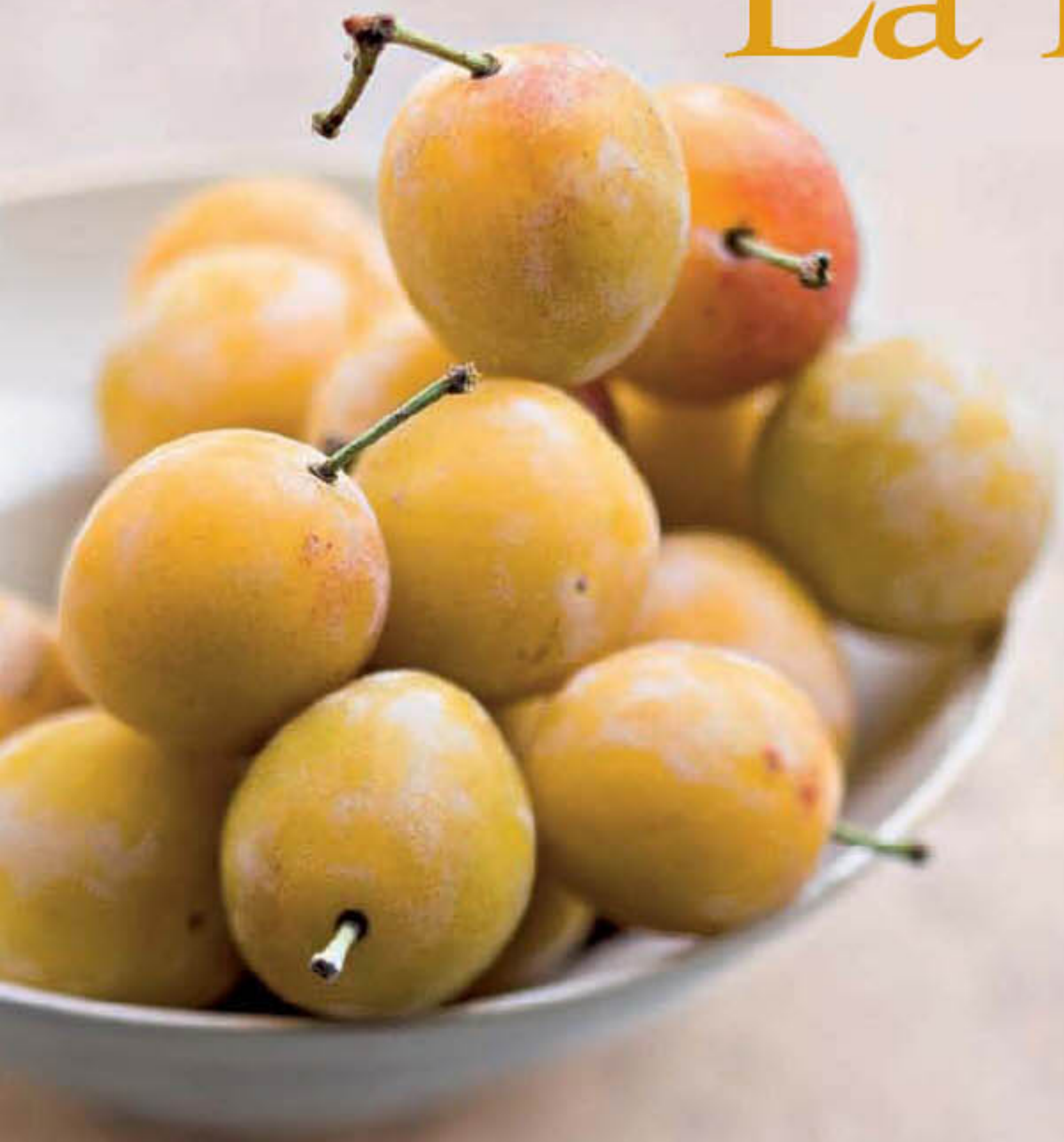
■ Dans une jatte, mélangez la farine, le sel et les épices. Ajoutez la cassonade ainsi que quelques gouttes d'extrait de vanille.
■ Incorporez ensuite le beurre coupé en petits dés et écrasez-les entre vos doigts avec la farine, de façon à obtenir un mélange homogène et grumeleux.
■ Liez le tout avec un peu d'eau (2 c. à soupe env.) et façonnez la pâte en forme de brique. Enveloppez-la de film alimentaire et placez au réfrigérateur jusqu'à ce que la pâte soit bien dure (vous pouvez aussi la mettre au congélateur pour gagner du temps, comptez alors 1 h environ).
■ Préchauffez le four à 180°C. Sortez la pâte crue et durcie, retirez le film et découpez-la en fines tranches de 2 mm d'épaisseur. Disposez-les sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, parsemez d'amandes effilées et enfournez pour 7 mn environ, en surveillant. Retirez les spéculoos du four dès que les amandes commencent à colorer. Laissez refroidir.
■ Conservez les biscuits dans une boîte hermétique et dégustez avec du thé.

Mes petits plus

+ Utilisez une cassonade (sucre de canne) la plus foncée possible, car elle colore et parfume les biscuits de notes épicée et réglissée (en vente dans les magasins bio). Elle fait parfois des "paquets", pensez dans ce cas à l'émietter avant de l'incorporer dans la jatte.
+ Surveillez bien les biscuits dans le four car ils cuisent très vite à cause de leur finesse.
+ On met la pâte crue à durcir au froid pour pouvoir la découper facilement en tranches fines.

Tasse Sentou.

C'est le moment !
La mirabelle



Sa saison ne dure que cinq semaines, de mi-août à mi-septembre, pas question de la laisser passer !

Texte Dominique Lesbros. Photo Valérie Lhomme. Photos des recettes Éric Fénot. Recettes et stylisme Delphine Brunet.

Les amateurs en parlent avec des trémolos dans la voix

Pourquoi ? Parce que ce fruit ne compte pas pour des prunes. Amusez-vous à en croquer une les yeux fermés en vous concentrant sur vos sensations : soyez attentif au rapport sucre/acide (parfaitement équilibré), à son croquant, à sa façon de libérer son jus, à l'épaisseur de sa peau, à sa texture et surtout à son arôme, porté par la teneur en sucre. Vous salivez ? Vous voilà prêts à intégrer le club des mirabellophiles !

En passant par la Lorraine…

Le mirabellier est à la Lorraine ce que l'olivier est à la Provence. 70 % de la production mondiale vient de cette région, où la belle est chouchoutée comme une reine. Ce fruit fut l'un des premiers à avoir obtenu en 1996 une IGP. Un logo certifie sa provenance et garantit un fruit impeccable, récolté à maturité optimale, avec une parfaite teneur en sucre et un calibre minimum de 22 mm. Vous rencontrerez également sur les marchés des mirabelles griffées d'un label rouge. Il s'agit du top du top : des mirabelles, vierges de tous défauts, au jaune parfait et au taux de sucre supérieur.

Savoir détecter les meilleures

Visez des fruits dodus et piquetés de taches de rousseur (signe d'une grande richesse en vitamine A). Les connaisseurs raffolent des jaunes tournantes (dont la couleur est sur le point de basculer du vert au jaune). En cas de doute sur la maturité d'une mirabelle, ouvrez-en une et assurez-vous que son noyau se détache librement. Ne vous laissez pas rebuter par la pruine, cette sorte de cire blanche qui recouvre le fruit : c'est un voile naturel de protection. Ne l'essuyez surtout pas.

Trucs d'initiés

Les Lorrains ne cueillent pas leurs mirabelles au même stade de maturité selon leurs envies du moment. Envie de les croquer nature ? Ils optent pour des fruits à peine mûrs, pour leur côté acidulé. Envie d'une tarte ? Ils se jettent sur des jaunes tournantes. Envie de confiture ? Ils passent à l'orange bien mûr. Envie d'une recette sucrée-salée ? Ils préfèrent des mirabelles encore un peu vertes qui jauniront à la cuisson.

Billes d'agate au menu

La mirabelle est un fruit très sucré donc délicat à associer à des plats salés, surtout s'il est très mûr, car il compote et caramélise vite. Le foie gras est une association sûre, de même que les volailles. Pour les poissons, c'est plus hasardeux. Carte blanche en revanche pour les desserts. Pour conserver sa couleur, il suffit de la pocher dans un jus de citron ou de la poêler dans du beurre avant de la déglacer d'un trait de vinaigre doux.

TARTE AUX MIRABELLES ET SPÉCULOOS

Un classique

Préparation : 25 mn + 30 de repos. Cuisson : 35 mn.
Pour 6 personnes :

Pour la pâte ■ 250 g de farine ■ 125 g de beurre ■ 65 g de sucre glace ■ 1 œuf

Pour la garniture ■ 100 g de spéculoos ■ 100 g de ricotta ■ 1 œuf ■ 600 g de mirabelles ■ 40 g de sucre

■ Préparez la pâte sablée en mélangeant la farine, le beurre mou, le sucre et l'œuf. Faites une boule, filmez-la et placez-la au réfrigérateur pour 30 mn.
■ Dénoyautez les mirabelles. Posez-les dans un saladier avec le sucre. Réservez.
■ Mixez les biscuits et mélangez-les à la ricotta. Ajoutez l'œuf et mélangez bien.
■ Préchauffez le four à 190°C.
■ Étalez la pâte sablée au rouleau assez finement et disposez-la dans un moule à tarte.
■ Tartinez le fond avec le mélange à la ricotta.
■ Placez ensuite les mirabelles côté bombé dessous et enfournez pour 35 mn.

Notre conseil vin : un alsace-gewurztraminer.

ÉMINCÉ DE POULET AUX MIRABELLES ET LINGUINE

Original

Préparation : 15 mn. Cuisson : 15 mn. Pour 6 personnes :

■ 4 blancs de poulet ■ 300 g de mirabelles ■ 450 g de linguine ■ 6 c. à soupe d'huile d'olive ■ Le jus de 3 citrons verts ■ 2 c. à soupe de pignons de pin ■ 1 c. à café de harissa ■ 1 noix de beurre ■ Sel, poivre

■ Coupez les blancs de poulet en lanières. Placez-les dans un saladier avec le jus des citrons, 1 c. à café de zestes de citron vert, la harissa, le sel et le poivre. Réservez.
■ Faites cuire les pâtes à l'eau bouillante.
■ Dénoyautez les mirabelles et faites-les poêler dans le beurre pendant 5 à 10 mn. Réservez.
■ Égouttez le poulet et gardez la marinade.
■ Faites-le poêler dans 3 c. à soupe d'huile, pendant 15 mn, en retournant à mi-cuisson.
■ Faites griller les pignons à sec.
■ Égouttez les pâtes, ajoutez les 3 c. à soupe d'huile restantes.
■ Assemblez tous les éléments dans une grande poêle avec la marinade et réchauffez 5 mn avant de servir.

Notre conseil vin : un champagne brut.

Piège en cuisine

Rien de tel que les astuces d'un grand chef comme Jean-François Piège, pour métamorphoser nos plats de tous les jours ! *Recettes Jean-François Piège. Photos Marie-José Jarry. Stylisme Bérengère Abraham.*

MON GIGOT D'AGNEAU BASSE TEMPÉRATURE

Réconfortant

Préparation : 15 mn. Repos : 1 h. Cuisson : 1 h 15. Pour 4 personnes :

- 1 gigot d'agneau d'environ 1,2 kg, désossé et légèrement dégraissé
- 1 tête d'ail entière
- Piment d'Espelette
- 1 branche de romarin
- 1 branche de thym
- Huile d'olive

Pour la garniture ■ 8 tomates ■ 1 fromage "ail et fines herbes" ■ 4 biscottes

■ Ficelez le gigot (voir photos ci-contre). Mettez-le dans un plat et arrosez-le copieusement d'huile d'olive.
■ Coupez la tête d'ail en tranches fines. Posez-les sur le gigot. Saupoudrez de piment d'Espelette, ajoutez les branches de thym et de romarin. Couvrez d'un film alimentaire et laissez reposer à température ambiante au moins 1 h. Encore mieux, préparez le gigot le matin pour le soir.
■ Préchauffez le four à 100°C. Débarrassez le gigot des herbes et de l'ail et faites-le revenir dans une poêle sur toutes ses faces.
■ Quand il est bien doré, posez le gigot sur une grille et glissez une lèchefrite dessous. Remettez l'ail et les herbes sur le gigot. Salez légèrement. Enfournez pour env. 1 h 15.
■ Préparez les tomates. 20 mn avant la fin de la cuisson de la viande, coupez les tomates en deux. Arrosez-les d'huile d'olive et enfournez jusqu'à ce qu'elles soient cuites. Parsemez un peu de fromage à l'ail et aux fines herbes ainsi que les biscottes émiettées sur chaque moitié de tomate.
■ Après avoir sorti le gigot, faites gratiner les tomates quelques minutes.

Notre conseil vin : un pauillac.

Le gigot d'agneau comme vous ne l'avez jamais cuit !

Coupez la tête d'ail, sans l'éplucher, en tranches fines. À basse température, des gousses entières ne cuiraient pas.

Mettez les tranches d'ail dans votre plat de cuisson, posez le gigot dessus et arrosez copieusement d'huile d'olive.

Saupoudrez le gigot de piment d'Espelette. Frottez-le pour bien l'imprégner. Ajoutez les herbes et laissez reposer au moins 1 heure.

Faites dorer le gigot d'agneau sur toutes ses faces dans un peu d'huile d'olive. Ne conservez pas cette huile de cuisson.

Posez le gigot sur une grille et non directement sur une plaque ce qui ferait sortir les sucs du gigot et l'assécherait.

MON BIRYANI

■ Faites cuire 250 g de riz. Coupez 4 piquillos en lanières et faites-les revenir dans un peu d'huile d'olive. ■ Ajoutez 2 c. à soupe de raisins secs et 2 c. à soupe de pignons ou d'amandes. Réservez. ■ Dans la même poêle, faites revenir le reste de votre gigot d'agneau coupé en petits morceaux. ■ Ajoutez le riz, mélangez quelques minutes pour réchauffer le tout. ■ Ajoutez 2 oignons nouveaux émincés, 1 c. à café de gingembre frais haché et les piquillos. ■ Mélangez bien et servez aussitôt. ■ Au moment de servir, vous pouvez saupoudrer le plat de curry de Madras et de quelques feuilles de coriandre émincées.

FICELER UN GIGOT (1) Coupez un grand morceau de ficelle et glissez-la sous votre gigot. (2) Faites un nœud en ramenant le quasi (l'extrémité) sur le gigot. Laissez dépasser un bout de ficelle de la longueur du gigot. (3) Avec l'autre extrémité, ficelez le gigot en enroulant la ficelle de façon concentrique sans trop serrer et sans faire de nœud. (4) Pour cela, ne tournez pas le gigot, mais faites glisser la ficelle sous la viande en la maintenant bien tendue avec le doigt. (5) Réunissez enfin les deux bouts de ficelle, puis faites un nœud.

1

2

3

4

5

Confiture
délice fait maison

Texte Marie-Laure Fréchet. Recettes et photos Valérie Lhomme. Stylisme Manuella Chantepie.

Même si l'on garde un souvenir ému de celle de notre grand-mère, rien ne nous empêche de prendre la relève, en y ajoutant un bon zeste de créativité.

FICHE
PAGE 135
CONFIGELÉE DE MÛRES AUX BAIES ROSES

CONFITURE DE POMMES AU ROMARIN ET AU MIEL DE MONTAGNE

Un peu de soleil

Préparation : 15 mn. Cuisson : 15 mn. Pour 1,5 kg :

- 1,2 kg de pommes acidulées
- 600 g de sucre
- 200 g de miel de montagne
- Le jus de 2 beaux citrons jaunes
- 10 cl d'eau
- 1 c. à soupe de romarin frais

Ustensiles
- 1 petit morceau de tissu ou de gaze
- 1 blender ou mixeur

- Dans un faitout ou une bassine à confiture, réunissez le sucre, le jus des citrons, l'eau et le miel. Portez doucement à ébullition.
- Pendant ce temps, pelez les pommes, ôtez leur cœur, mais gardez les pépins.
- Coupez les pommes en petits morceaux. Emballez les pépins dans un linge fin ou un petit morceau de gaze.
- Lavez, séchez et effeuillez le romarin.
- Versez les pommes coupées et le nouet de pépins dans le sirop bouillant. Portez à nouveau à ébullition et poursuivez ainsi la cuisson, en écumant si nécessaire pendant 15 mn, jusqu'à ce que les pommes soient tendres et confites.
- Prélevez alors la moitié des fruits cuits et mixez-les finement dans le bol du blender.
- Reversez les fruits mixés dans la confiture, poursuivez la cuisson 5 mn, vérifiez la texture de la confiture pour être sûr qu'elle soit assez cuite, puis versez dans les pots en ajoutant dans chacun quelques brins de romarin. Couvrez aussitôt.

NOTA BENE

Les pépins libèrent de la pectine, qui est un gélifiant naturel. La confiture n'a alors pas besoin de beaucoup cuire pour être ferme.

POUR NE PLUS TOURNER AUTOUR DU POT…

La CONFITURE est faite de fruits entiers ou en morceaux, cuits avec du sucre (au minimum 700 g pour 1 kg de fruits, selon la législation).

La GELÉE se prépare avec du jus de fruits sans pulpe cuits dans de l'eau ou exprimé directement. À base de fleurs, on parle de confit.

Du portugais *marmelada* (pâte de coings), l'appellation MARMELADE est réservée dans le commerce aux produits à base d'agrumes. Mais on peut en faire avec tous les fruits, en les faisant au préalable macérer dans du sucre.

Si on cuit les fruits dans un peu d'eau et très peu de sucre, on obtient une COMPOTE.

CONFITURE DE RHUBARBE ET FRAISES REMONTANTES

Acidulé

Préparation : 15 mn. Macération : 2 h. Cuisson : 45 mn. Pour environ 2 kg :

■ 1,3 kg de rhubarbe ■ 500 g de fraises de septembre ■ 1 kg de sucre ■ 250 g de miel d'acacia ■ 2 c. à soupe rases de gousses de cardamome blanche ou verte

■ Lavez, puis pelez les tiges de rhubarbe. Coupez-les en tronçons, puis mettez-les dans un saladier, par couches, en les intercalant avec le sucre.

■ Laissez macérer la rhubarbe dans un endroit frais, 2 h, pour qu'elle “dégorge” : son jus va alors se mélanger avec le sucre pour former un sirop épais.

■ Mélangez les tronçons de rhubarbe avec ce sirop, puis versez le tout dans un faitout à fond épais ou une bassine à confiture. Ajoutez les gousses de cardamome enfermées dans une gaze.

■ Portez la préparation à ébullition, écumez si nécessaire, puis laissez cuire 30 mn jusqu'à ce que la rhubarbe soit tendre et transparente.

■ Lavez, équeutez et coupez en deux les fraises puis incorporez-les dans la confiture de rhubarbe bouillante. Ajoutez le miel d'acacia et poursuivez la cuisson 5 mn.

■ Sortez ensuite la rhubarbe et les fraises du sirop, à l'aide d'une écumoire. Retirez les gousses de cardamome.

■ Faites réduire ce sirop 5 mn en le portant à ébullition, puis reversez-y les fruits et poursuivez la cuisson 5 mn.

■ Versez aussitôt dans les pots et couvrez lorsque la confiture est encore bouillante.

INDISPENSABLE PECTINE

Associée aux acides des fruits, la pectine permet à la confiture de prendre. Les fruits en contiennent naturellement, certains beaucoup, comme la pomme, la groseille ou le coing, et d'autres pas assez, comme la pêche, la fraise ou la framboise. Il faut alors en ajouter. On peut utiliser de la pectine en sachet ou du sucre gélifiant. Mais les puristes préfèrent les méthodes 100 % naturelles : plongez dans la confiture un sachet contenant des pépins et des pelures de pommes, ajoutez une cuillère de gelée de groseilles voire de l'agar-agar, mais en aucun cas de la gélatine d'origine animale. Bon à savoir : un fruit trop mûr, décongelé au micro-ondes ou trop cuit perd de sa pectine.

CONFITURE DE MIRABELLES AU GINGEMBRE

Parfumé

Préparation : 10 mn.
Macération : 1 h env.
Cuisson : 20 à 30 mn.
Pour 2 kg :

■ 1,2 kg de mirabelles dénoyautées ■ 800 g de sucre ■ Le jus d'1 gros citron jaune ■ 75 g de gingembre confit

■ Versez le tiers des mirabelles dénoyautées dans un saladier. Poudrez-les de sucre et arrosez-les de jus de citron, puis versez le deuxième tiers de mirabelles, ajoutez du sucre et du jus de citron, puis le reste des fruits. Couvrez d'une dernière couche de sucre et laissez reposer, dans un endroit frais, une bonne heure : les mirabelles vont libérer leur jus qui va se mélanger au sucre pour former un épais sirop.
■ Mélangez les fruits avec ce sirop, puis versez-les dans un faitout ou une bassine à confiture.
■ Portez doucement à ébullition.
■ Patientez 5 mn, puis écumez si nécessaire.
■ Coupez le gingembre confit en tout petits dés. Ajoutez ceux-ci à la confiture et chauffez-la doucement jusqu'à ce qu'elle soit cuite, en vérifiant sa texture (voir conseil) avant de la mettre en pot.

SECRETS D'INITIÉS

Pour FAVORISER LA PRISE DE LA CONFITURE et éviter une cuisson trop longue, qui altère le goût du fruit et fait monter la teneur en sucre, on peut cuire au préalable le sucre au petit boulé (110 à 115°C) pour les fruits moyennement juteux (abricot, kiwi, prune...) et au grand boulé (121 à 130°C) pour les fruits à jus (fraise, groseille, pêche...). Comptez 200 g d'eau pour 700 g de sucre et 1 kg de fruits.

L'AJOUT DU JUS D'1/2 CITRON permet de relever le goût du fruit et de conserver sa couleur, aseptise la confiture et fait prendre un jus trop liquide. L'écorce pressée libère, elle, des pectines pendant la cuisson. Un truc ? Ébouillanté, puis congelé, le citron, une fois décongelé, libérera encore plus son gélifiant naturel et son acide citrique.

CONSEIL

Pour vérifier la cuisson, placez dans le réfrigérateur une petite coupelle. Lorsque votre confiture vous semble à point, versez-en une petite quantité sur la coupelle. Si la confiture est cuite, elle fige dans les minutes qui suivent.

CONFITURE DE CHÂTAIGNES À LA FÈVE TONKA

À manger à la cuillère…

Préparation : 10 mn. Cuisson : 15 mn. Pour environ 1,5 kg :

■ 800 g de châtaignes cuites à l'étouffée et au naturel (ou en bocal) ■ 600 g de sucre cristal ■ 1 fève tonka ■ 45 cl d'eau

Ustensile ■ 1 moulin à légumes avec une grille moyenne

■ Passez les châtaignes au moulin à légumes.
■ Mélangez la purée obtenue avec l'eau et le sucre.
■ Ajoutez la fève tonka finement râpée.
■ Portez ce mélange à ébullition et cuisez-le ainsi, à petits bouillons, pendant 15 mn, jusqu'à ce qu'il confise, en le remuant régulièrement. Faites attention à ne pas vous brûler lorsque la préparation bouillonne.
■ Versez ensuite la confiture dans les pots et couvrez dans l'instant.

CONSERVER SANS STÉRILISER

La conservation par le sucre, à la différence du sel, se fait à chaud : les fruits doivent perdre une partie de leur eau par évaporation tandis que le sucre, une fois dissous, se lie aux molécules d'eau, empêchant la croissance de micro-organismes. Dès lors, pas besoin de stériliser les confitures, si on applique quelques règles simples : utiliser des fruits sains, les cuire à cœur, verser la confiture bouillante dans des pots préalablement ébouillantés et soigneusement séchés, remplir à ras sans souiller les bords des pots, visser les bouchons et retourner les pots pour créer un vide d'air.

Merci à Francis Miot, meilleur confiturier de France.

NOTA BENE

La fève tonka possède une saveur prononcée de vanille et d'amande. Elle est vendue dans les épiceries fines. Utilisez-la avec parcimonie.

Le cresson

Piquant et délicat à la fois, le cresson mérite plus que le saladier. Il se fait pourtant rare sur nos tables !

Texte Marie-Laure Fréchet.
Recettes et stylisme Bérengère Abraham.
Photos Charlotte Lascève.

Carte d'identité

Où l'acheter ?
De préférence sur le marché ou chez votre primeur.

Quand ?
Toute l'année, avec un creux de production entre mi-mai, au moment de la floraison, et septembre, où apparaît la nouvelle production.

Sous quelle forme ?
En botte bien verte et serrée par un lien sanitaire, sur lequel sont inscrites les coordonnées du producteur. Pour le préparer, il suffit de couper les tiges au niveau de ce lien. On jette la partie inférieure, tout le reste se mange.

Comment le conserver ?
L'idéal est de le consommer le jour même. Il peut se conserver 2 à 3 jours au réfrigérateur dans un torchon humide ou un sac perforé dans le bac à légumes. Ne faites pas tremper ses tiges dans de l'eau, car elles continueront à pousser.

Côté diététique ?
C'est un trésor de bienfaits ! Très riche en vitamine C, E, A, B1 et B2, le cresson détient des taux record de potassium et calcium, mais aussi du fer, cuivre et magnésium. Et il est évidemment très peu calorique.

Comment l'utiliser ?
En salade, mais aussi en purée ou en soupe. Mixé façon pesto, il relève un poisson ou des pommes de terre. Sauté à la chinoise ou dans les quiches, il ajoute du piquant. Sans parler des smoothies : testez le cresson + pomme granny + kiwi pour un cocktail détox garanti !

Un truc ?
Mixé avec de la crème fraîche ou un yaourt nature, il fait un dip excellent à l'apéro.

Son nom générique, *Nasturtium officinale*, ne lui fait pas honneur : du latin *nasum*, nez, et *torquere*, tordre, il évoque la grimace que peut susciter son petit goût relevé. C'est le dérivé soufré dont il est riche, qui, au contact de l'eau et sous l'action d'un ferment, lui donne cette odeur et cette saveur piquante.

Dans la grande famille des *Brassicaceae* (on dit aussi crucifères), il tient bien son rang parmi la moutarde, le chou, le radis, le raifort et le wasabi, ou encore la roquette qui le concurrence au rayon des salades. Appelé communément cresson de fontaine, c'est une espèce semi-aquatique aux belles feuilles rondes et d'un beau vert sombre, à distinguer du cresson alénois, terrestre lui, et dont on ne mange en salade que les jeunes pousses.

Les Romains l'utilisaient contre la calvitie. Les Grecs, eux, tablaient sur ses vertus dépuratives pour se remettre de leurs banquets. Au Moyen Âge, il servait d'antidote aux philtres, avant qu'il ne soit recommandé comme une plante potagère par Charlemagne. Trois siècles plus tard, Saint-Louis en déguste en salade, à Vernon, et autorise la ville à faire du cresson son blason.

Si le cresson alénois pousse facilement dans les jardins, le cresson de fontaine n'est cultivé que depuis le XIXe siècle. Sa culture ressemble à celle du riz : les graines sont semées en pépinière avant que les plants ne soient repiqués dans des bassins – ou cressonnières – baignés d'eau. La première récolte se fait six semaines après, puis régulièrement jusqu'en mai, à la floraison.

La plante tirant l'essentiel de ses nutriments de l'eau, celle-ci doit être de bonne qualité; elle fait d'ailleurs l'objet d'une surveillance sanitaire rigoureuse, comme l'atteste le lien qui relie chaque botte de cresson. Une eau stagnante favorise en effet le développement d'un parasite, la douve du foie, responsable d'une grave maladie hépatique. Il est donc fortement déconseillé de cueillir le cresson sauvage qui pousse aux bords des ruisseaux ou des fossés.

En voie de disparition

La culture du cresson s'est principalement développée en Ile-de-France (notamment autour de Méréville, dans l'Essonne, « capitale européenne du cresson ») et en Picardie, baignées par les eaux de source, ou encore à Lillers, dans le Pas-de-Calais, où l'eau jaillit des puits artésiens. C'est un travail pénible qui nécessite d'être courbé dans l'eau, en toute saison. Ce qui explique sans doute qu'il n'y ait plus aujourd'hui que 90 producteurs pour une centaine d'hectares. Aujourd'hui, nous n'en consommons en moyenne que 100 g par personne et par an. À ce rythme, d'ici une quinzaine d'années, nos enfants ou petits-enfants n'auront peut-être même pas la chance d'en goûter… ❖

Son petit goût piquant lui donne toute sa force.

FLANS DE CRESSON ET TOMATES CERISE

Gourmandise salée

Préparation : 15 mn. Cuisson : 20 à 25 mn.
Pour 4-6 personnes :

■ 3 œufs ■ 15 cl de crème liquide ■ 150 g de ricotta ■ 30 g de parmesan râpé ■ Une dizaine de tomates cerise ■ 1 botte de cresson ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel, poivre

■ Lavez le cresson et coupez grossièrement les tiges.
■ Dans une poêle, faites chauffez l'huile d'olive et jetez-y le cresson. Enrobez-le bien d'huile et retirez la poêle du feu.
■ Mixez le cresson finement et réservez-le.
■ Dans un saladier, fouettez les œufs. Ajoutez la ricotta. Versez enfin la crème liquide, le parmesan râpé. Salez et poivrez.
■ Incorporez le cresson mixé et mélangez bien.
■ Lavez les tomates cerise et coupez-les en deux.
■ Huilez légèrement des petits ramequins ou moules individuels et garnissez-les avec la préparation.
■ Plantez dans chaque ramequin quelques tomates cerise et enfournez 20 à 25 mn jusqu'à ce que le dessus des flans soit doré.
■ Dégustez tiède ou froid.

Notre conseil vin : un pessac-léognan blanc.

FICHE
PAGE 131

BLINIS AU CRESSON ET CHANTILLY AU CUMIN

Assiette et coupelle Emmanuelle Wittmann ; peinture Ressources.

SOUPE DE CRESSON AU CITRON

Un classique

Préparation : 15 mn. Cuisson : 25 mn.
Pour 4 personnes :

- 1 botte de cresson
- 4 grosses pommes de terre
- 1 échalote
- 1 cube de bouillon de légumes
- 75 cl d'eau
- 2 citronsnon traités
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 4 c. à soupe de crème fraîche très épaisse
- Sel et poivre

- Lavez le cresson et coupez grossièrement les tiges.
- Épluchez les pommes de terre et détaillez-les en morceaux.
- Râpez finement le zeste des citrons et pressez le jus de l'un des deux citrons. Ciselez l'échalote.
- Dans une cocotte, faites chauffer l'huile d'olive et faites-y dorer l'échalote ciselée à feu doux.
- Ajoutez le cresson et enrobez-le bien dans l'huile.
- Ajoutez alors les pommes de terre, le cube de bouillon de légumes, les zestes de citron et l'eau. Salez, poivrez et faites cuire le tout à feu doux 20 à 25 mn, jusqu'à ce que les pommes de terre soient bien cuites.
- Mixez la soupe finement. Dans un bol, mélangez la crème fraîche avec un peu de jus de citron.
- Au moment de servir, déposez une quenelle de crème citronnée dans chaque bol.

Notre conseil vin : un jasnières.

Bols Yves Lambeau ; coupelle Isabelle de Margerie.

ENFIN ENTRE AMIS…
La brandade de morue

Recette et stylisme Valéry Drouet. Photo Pierre-Louis Viel.

Un classique à redécouvrir !

Dessalage : 24 ou 36 h à l'avance.
Préparation : 20 mn. Cuisson : 40 mn.
Pour 4/6 personnes :

■ 500 g de pommes de terre ■ 600 g de morue salée ■ 15 cl d'huile d'olive ■ 10 cl de crème liquide ■ 3 gousses d'ail ■ 1 botte de persil plat ■ 2 c. à soupe de chapelure ■ Gros sel

■ Mettez la morue à dessaler dans l'eau froide pendant 24 à 36 h, en changeant l'eau régulièrement.
■ Épluchez, lavez et taillez les pommes de terre en morceaux. Mettez-les à cuire 20 mn dans l'eau légèrement salée.
■ Faites pocher la morue 6 à 8 mn, dans une casserole d'eau frémissante, égouttez-la, puis émiettez-la dans un saladier.
■ Hachez le persil et l'ail.
■ Égouttez les pommes de terre, écrasez-les à la fourchette.
■ Préchauffez le four à 210°C. Chauffez l'huile d'olive dans une casserole.
■ Ajoutez les pommes de terre écrasées, la crème, l'ail et le persil haché dans le saladier avec la morue, puis mélangez avec une spatule en versant l'huile d'olive chaude dessus.
■ Mettez la brandade dans un plat, saupoudrez la surface de chapelure. Mettez la brandade à gratiner 10 à 15 mn au four.
■ Servez aussitôt accompagné de salade verte et d'olives.

Notre conseil vin : une roussette-du-bugey.

Plat Résonances, serviette Jeannine Cros.

RECEVOIR

56 Pour fêter la rentrée, j'invite mes amis à dîner ! **60** Variations saisonnières : l'arrière-saison sera gourmande **66** Pomme, poire, coing et raisin : misez sur le tableau classique **70** Matsushima, le chef "japanice" **74** La tarte Tatin de ma tatie chérie

Petit dîner entre amis

Une ambiance cosy et design, quelques bons petits plats, une jolie déco pleine d'astuces : ne reste plus qu'à lancer les invitations !

Recettes et stylisme Laurence du Tilly. Photos Marie-José Jarry

■ **NAPPE** *grise, ZARA HOME (89,95 €).* ■ **ASSIETTES** *Icon, LEONARDO (plate 27 cm 34,50 €, plate 23 cm 13,75 €, creuse 18 cm 11,75 €, bol 10,95 €, assiette de présentation 34,50 €).* ■ **COUVERTS** *Modern'age, LAFAYETTE MAISON (95 € la ménagère pour 6).* ■ **VERRES** *Icon, LEONARDO (gobelet 8,95 €, verre à pied 10,95 €).* ■ **BOUGEOIRS,** *JARDIN D'ULYSSE en vente au LAFAYETTE MAISON (39,50 € et 47€).*

■ **SALIÈRE** *Lapin G'rabbit, en vente au LAFAYETTE MAISON (39 €).* ■ **SOUS-VERRE** *en biscuit, ZARA HOME (9,90 € les 4).* ■ **GOBELETS** *en porcelaine blanche, LEONARDO (8,95 € l'unité).* ■ *Carafe à eau, LEONARDO (27,50 €).* ■ **BANNETTE** *à pain en bois blanc ZARA HOME (9,90 €).* ■ **VASES** *blanc LEONARDO (20,95 € et 27,50 €).*

1/ Welcome ■ COUSSIN *"place réservée", LAFAYETTE MAISON (15 €).* **2/ À table** *Improvisez des sets de table à partir de carrés de feutrine que vous relèverez d'un ruban assorti. Complétez avec des rubans à nouer en guise de ronds de serviette.* ■ SERVIETTE, *LA CERISE SUR LE GÂTEAU (12 €).* ■ CUILLÈRE *en argent mat et crémier, ZARA HOME (4,90 € et 3,95 €).* ■ CARRÉ DE FEUTRINE *et rubans, L'ENTRÉE DES FOURNISSEURS* **3/ Boîte à idées** ■ *Un cahier pour petits dîners, idéal pour noter vos recettes, vos idées déco, vos dîners à organiser...* ■ CAHIER *LA MARELLE EN PAPIER (4,50 €).* ■ BOUGIE, *eau de CHAMO (32 €).* ■ COQUETIER *cube et sa cuillère, KATHLEEN HILLS (22 €).*

CREVETTES PANÉES À LA NOIX DE COCO ET SALADE DE MANGUE ÉPICÉE

Exotique !

Préparation : 15 mn. Cuisson : 10 mn.
Pour 4 personnes :

■ 16 queues de crevette crues ■ 4 oignons nouveaux ■ Huile de friture ■ Sel, poivre

Pour la panure ■ 1 œuf ■ 2 c. à soupe de farine ■ 100 g de coco râpé ■ 1 c. à soupe de chapelure

Pour la salade de mangue ■ 2 mangues ■ 1 yaourt grec ■ 1/2 c. à café de piment de Cayenne ■ 2 c. à soupe de coriandre ciselée ■ 2 c. à soupe de jus de citron vert ■ 1 c. à soupe d'huile de sésame

■ Pelez et coupez la chair des mangues en cubes. Déposez-les dans un saladier.
■ Dans un bol, fouettez le yaourt avec le piment, la coriandre, le jus de citron et l'huile de sésame. Mélangez. Gardez au froid.
■ Préparez 3 assiettes creuses avec la farine, l'œuf battu et le mélange coco-chapelure.
■ Décortiquez les crevettes. Passez-les successivement dans la farine, dans l'œuf battu et dans le mélange coco-chapelure.
■ Saisissez les crevettes dans l'huile de friture bien chaude, le temps qu'elles soient dorées uniformément. Déposez sur du papier absorbant.
■ Servez la salade de mangue avec les queues de crevette.

Notre conseil vin : un jurançon.

■ ASSIETTES *Icon, LEONARDO (plate 27 cm 34,50 €, plate 23 cm 13,75 €, creuse 18 cm 11,75 €).* ■ SERVIETTE *en lin, ZARA HOME (2,95 €).*

CABILLAUD GRILLÉ AU BACON ET LENTILLES AU CURRY

Original

Préparation : 10 mn. Cuisson : 1 h. Pour 4 pers. :

■ 4 beaux pavés de cabillaud ou de loup ■ 4 tranches de bacon ■ 3 échalotes ciselées ■ 500 g de lentilles vertes du Puy ■ 2 l de bouillon de volaille ■ 2 branches de thym ■ 1 feuille de laurier ■ 1 c. à soupe rase de curry en poudre ■ 15 g de beurre ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ 10 brins de ciboulette ■ Sel, poivre

■ Faites fondre le beurre avec 1 c. à soupe d'huile d'olive dans une cocotte. Ajoutez les échalotes, le thym et le laurier. ■ Faites suer la garniture 5 mn sans la faire colorer. Ajoutez alors les lentilles et le curry, mélangez et laissez revenir 2 mn. Arrosez avec le bouillon de volaille, portez à ébullition, couvrez et laissez mijoter à feu doux 45 mn.

■ Versez 1 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle et faites-y frire le bacon jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Déposez sur une assiette.

■ Placez les pavés de poisson dans la poêle et saisissez-les 2 mn de chaque côté à feu vif.

■ Servez les pavés de poisson sur un lit de lentilles au curry avec le bacon grillé. Saupoudrez de ciboulette ciselée au moment de servir.

Notre conseil vin : un minervois rouge.

■ NAPPE *pliée, ZARA HOME (59,90 €).* ■ ASSIETTE *Icon, LEONARDO (11,75 €).* ■ BANNETTE *en bois blanc, ZARA HOME (9,90 €).*

FICHE PAGE 135

BARQUETTES DE RATTE AU CARPACCIO DE BŒUF

■ SET DE TABLE *Venillia Boutique en vente au LAFAYETTE MAISON (6,90 €)* ■ VERRE *à tapas et* PLATEAU *blanc ZARA HOME (3 €).*

TATIN DE POIRES AUX AMANDES ET THYM FRAIS

Dessert convivial

Préparation : 20 mn. Cuisson : 30 mn.
Pour 4 personnes :

■ 6 poires comice ■ 80 g de beurre demi-sel ■ 6 c. à soupe de sucre cassonade ■ 3 branches de thym ■ 1 pâte brisée

■ Préchauffez le four à 180°C. Pelez les poires et coupez-les en deux. Ôtez le cœur à l'aide de la pointe d'un couteau. ■ Faites fondre le beurre avec le sucre dans un moule à manqué. Laissez caraméliser à feu doux jusqu'à ce que vous obteniez une jolie couleur ambrée. ■ Retirez du feu, parsemez de thym et disposez les demi-poires afin qu'elles se chevauchent. Alternez la face bombée vers le haut et vers le bas. Recouvrez avec la pâte en prenant soin de rentrer les bords tout autour comme si vous "bordiez" les poires.
■ Enfournez pour 30 mn de cuisson, la pâte doit être bien dorée. Laissez refroidir un peu, puis démoulez sur un plat en prenant soin de ne pas vous brûler.

Notre conseil vin : un monbazillac.

■ POT À LAIT, *ZARA HOME (3,95 €).* ■ BOUTEILLE *à lait en porcelaine blanche Milkii, KATHLEEN HILLS (33 €).*

1/ Nature ■ ROULEAU *à pâtisserie, KATHLEEN HILLS (44 €).* ■ SALIÈRE *Lapin G'rabbit, en vente au LAFAYETTE MAISON (39 €).* **2/ Cosy** ■ COUSSIN, *LA CERISE SUR LE GÂTEAU (49 €).* ■ OISEAU *en verre blanc, LEONARDO (5,50 €).* ■ ASSIETTES *dahlias argent, EURODIF (4,99 €).* ■ ASSIETTES *creuses Oiseau Lyre, LAFAYETTE MAISON (6,90 €).* **3/ Chemin de table** ■ *Personnalisez votre guirlande de photophores en alternant bougies et fleurs.* ■ GUIRLANDE *de 12 photophores, IKEA (7,99 €).*

1

2

3

VARIATIONS *Gourmandes*

2 entrées + 2 plats + 2 desserts = de quoi composer des menus de début d'automne réussis !

Recettes et stylisme Delphine de Montalier. Photos David Japy.

FICHE PAGE 131

PAGE 131

ROULEAUX DE SAINT-PIERRE AUX GRAINES GERMÉES, SAUCE AU WASABI

Petite, moyenne et grande assiette japonaises en bagasse Boutique Merci, coupelle à sauce Agapé, plateau Habitat.

SALADE DE PETITS LÉGUMES, RIZ CROQUANT

Original

Prép. : 20 mn. Cuisson : 12 mn. Pour 4 personnes :

■ 1 courgette ferme ■ 1 poignée de haricots verts épluchés ■ 1/2 bulbe de fenouil ■ 2 branches de tomates cerise ■ 200 g de fèves écossées ■ 3 brins de menthe ■ 2 c. à s. de riz basmati non cuit ■ 2 c. à s. d'huile d'olive ■ 1 c. à s. d'huile de noix ■ 1 c. à s. d'huile de sésame ■ 1 c. à s. d'huile pimentée ■ 1 c. à s. de sauce soja ■ Poivre

■ Faites cuire les fèves 2 mn dans l'eau bouillante salée, puis plongez-les dans l'eau glacée. Retirez leur peau. Dans la même eau, faites cuire les haricots verts 10 mn, puis plongez-les dans l'eau glacée. Lavez le fenouil et la courgette et émincez-les très finement. Lavez les tomates. ■ Faites dorer les grains de riz non cuits, 2-3 mn, dans une poêle bien chaude, puis concassez-les dans le bol du mixeur. ■ Préparez la sauce en mélangeant les huiles et la sauce soja. ■ Rassemblez tous les ingrédients, assaisonnez au dernier moment et parsemez de feuilles de menthe et de riz croquant.

Notre conseil vin : un menetou-salon blanc.

Petit plat rectangulaire et saucière Muji.

DORADE GRILLÉE, SAUCE THAÏE ET RIZ GLUANT

Envie d'Asie

Prép. : 35 mn. Cuisson : 20 mn. Trempage : 2 h. Pour 4 personnes :

■ 4 dorades portion, juste vidées ■ 400 g de riz gluant ou glutineux (épiceries asiatiques) ■ 4 tiges de citronnelle ■ 4 oignons frais ■ 4 brins de basilic thaï ■ 2 piments rouges ■ 2 citrons verts ■ 3 c. à s. d'huile d'olive ■ 1 c. à s. d'huile de sésame ■ 1 c. à s. de sauce soja

Ustensile ■ 1 panier vapeur

■ Au moins 2 h avant ou la veille, lavez le riz plusieurs fois jusqu'à ce que l'eau soit claire. Couvrez d'eau et laissez tremper.
■ Pratiquez deux entailles de chaque côté des dorades et introduisez-y le basilic. Déposez-les dans un plat allant au four.
■ Ajoutez sur le dessus la citronnelle débitée en tronçons, les oignons frais émincés avec leur tige, les piments rouges en petits morceaux (attention à enlever tous les grains), puis arrosez avec le jus des citrons, les huiles et la sauce soja. Laissez mariner au frais le temps de cuire le riz et de faire chauffer le four.
■ Égouttez le riz et placez-le dans le panier vapeur. Faites-le cuire 30 mn à la vapeur : le riz est cuit quand il est translucide et bien collant.
■ Faites chauffer le four à 210°C. Quand il est à bonne température, faites cuire les dorades 12 mn. Vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau : la chair doit se détacher au niveau de l'arête.
■ Servez les dorades aussitôt, avec le riz, en n'oubliant pas de récupérer le fond de sauce (vous pouvez l'allonger avec de l'huile d'olive, de la sauce soja ou un peu de sauce piquante).

Notre conseil vin : un savennières.

BROCHETTES DE POULET AUX HERBES

À la vapeur

Prép. : 20 mn. Cuisson : 8 mn. Pour 4 personnes :

■ 4 blancs de poulet fermier ■ 1 gros oignon ■ 1/3 de bouquet de coriandre ■ 4 brins de menthe ■ 4 brins de persil plat ■ 4 brins de basilic ■ 100 g de pousses d'épinard ■ 100 g de germes de soja ■ 2 c. à s. de vinaigre balsamique ■ Huile d'olive ■ Sel et poivre

Ustensile ■ 1 cuit-vapeur

■ Ciselez les herbes et placez-les dans un grand plat. Versez 2 c. à s. d'huile, salez, poivrez et mélangez. ■ Débitez les blancs de poulet en morceaux et tranchez l'oignon en petits quartiers. ■ Préparez les brochettes en alternant morceaux de poulet et d'oignon. Roulez les brochettes au fur et à mesure dans le mélange aux herbes et gardez-les au frais le temps de les faire cuire. ■ Nettoyez les pousses d'épinard et les germes de soja et séchez-les. Préparez l'assaisonnement avec 4 c. à soupe d'huile d'olive, le vinaigre balsamique, du sel et du poivre. ■ Faites cuire les brochettes à la vapeur 8 mn et servez aussitôt avec la salade bien assaisonnée.

Notre conseil vin : un monbazillac.

Conseil. Accompagnez les brochettes de sauce aigre-douce (au rayon exotique des grandes surfaces).

Coupe et bols ronds japonais en bagasse Boutique Merci.

POIRES AU SIROP DE GINGEMBRE ET PIMENT

Tout simple

Prép. : 10 mn. Cuisson : 40 mn. Pour 4 personnes :

■ 4 poires ■ 1 c. à café de piment d'Espelette ■ 1 morceau de gingembre frais ■ 50 g de sucre de canne en poudre ■ 50 cl d'eau

■ Dans une casserole, versez le sucre et l'eau ; ajoutez le piment et le gingembre lavé et tranché en rondelles. Faites chauffer à petits bouillons, pendant 10 mn, pour obtenir un sirop.
■ Lavez les poires et coupez-les en deux, puis déposez-les dans le fond de la casserole de façon à ce qu'elles trempent bien dans le sirop qui doit les couvrir à mi-hauteur. Laissez cuire à feu moyen pendant 15 mn, retournez-les et poursuivez la cuisson 15 mn. (Si le sirop réduit trop à la cuisson, allongez-le avec un peu d'eau.)
■ Servez les poires arrosées de sirop de gingembre et piment.

Notre conseil vin : un riesling.

GRATINS DE QUETSCHES AUX AMANDES

Gourmand

Prép. : 20 mn. Cuisson : 35 mn. Pour 4/6 personnes :

■ 16 quetsches dénoyautées ■ 100 g de beurre salé mou
■ 100 g de sucre de canne en poudre
■ 2 œufs battus ■ 100 g d'amandes en poudre

Ustensiles ■ Moules à muffins

■ Préchauffez le four à 180°C. Dans le bol d'un mixeur ou une jatte, réunissez les amandes en poudre, le beurre en petits morceaux et le sucre. Mixez ou mélangez du bout des doigts pour obtenir une pâte. Incorporez ensuite les œufs, petit à petit, en mélangeant bien.
■ Répartissez les quetsches dans les moules et versez la crème aux amandes sur le dessus. Faites cuire au four pendant 20 mn.
■ Servez tiède ou froid.

Notre conseil vin : un muscat-du-cap-corse.

Crémier en verre et plateau Habitat

Cueillette d'automne

Si les couleurs de l'automne composent de fort jolis tableaux, ses fruits inspirent de bien douces recettes.

Recettes et stylisme Natacha Arnoult. Photos Valéry Guedes.

Linge ancien Jeannine Cros, assiette coings Christiane Perrochon.

POMMES D'AMOUR

À croquer !

Préparation : 15 mn. Cuisson : 10 mn. Pour 4 personnes :

■ 4 pommes bien parfumées ■ 300 g de sucre
■ 300 g de sirop de glucose ■ 3 gouttes de jus de citron

■ Faites chauffer le sucre, le sirop de glucose et le jus de citron dans une casserole jusqu'à ce que le tout soit fondu. Portez à ébullition et laissez frémir pendant 10 mn environ, jusqu'à ce que le caramel soit doré.
■ Insérez une pique en bois dans chaque pomme et plongez-les une à une dans le caramel en les enrobant bien. Réservez sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et laissez prendre pendant 10 mn environ.

Vous pourrez vous procurer du sirop de glucose sur Internet.

RAISIN POÊLÉ ET SABAYON

Pour changer

Préparation : 15 mn. Cuisson : 10 mn. Pour 4 personnes :

■ 800 g de raisin moscatel ■ 30 g de beurre ■ 3 c. à soupe de sucre roux ■ 1 gousse de vanille ■ 5 jaunes d'œufs ■ 100 g de sucre ■ 25 cl de marsala ou de vin blanc doux (type muscat-de-beaumes-de-venise) ■ Quelques gouttes de jus de citron

■ Remplissez une casserole d'eau aux 2/3 et portez à frémissement. L'eau ne doit pas bouillir.
■ Fouettez les jaunes d'œufs, le sucre et les graines de la gousse de vanille fendue dans un bol jusqu'à ce que le mélange blanchisse et devienne mousseux. Ajoutez le vin doux et le jus de citron sans cesser de fouetter. Placez le bol dans la casserole et fouettez jusqu'à ce que le sabayon soit épais et mousseux et forme des rubans quand vous le soulevez avec le fouet. Retirez du bain-marie et réservez.
■ Faites fondre le beurre dans une poêle et lorsqu'il est mousseux, ajoutez les raisins, puis saupoudrez de sucre. Faites revenir 1 mn puis répartissez dans des assiettes et servez avec le sabayon.

Linge ancien Jeannine Cros, assiette raisin Christiane Perrochon.

POIRES POCHÉES AU VIN DOUX

Raffiné

Préparation : 10 mn. Cuisson : 20 mn. Réfrigération : 6 h.
Pour 4 personnes :

■ 4 poires fermes ■ 1 citron non traité ■ 75 cl de vin blanc doux (muscat, jurançon...) ■ 50 cl d'eau ■ 100 g de sucre ■ 1/2 cm de gingembre frais ■ 3 grains de poivre

■ Pelez le gingembre et émincez-le. Râpé la moitié du zeste du citron et pressez ensuite son jus. ■ Portez le vin blanc, l'eau, le sucre, le gingembre, le zeste, et le poivre à ébullition et laissez frémir pendant 5 mn. ■ Pendant ce temps, pelez délicatement les poires et citronnez-les pour les empêcher de noircir. Plongez-les ensuite dans le sirop, baissez le feu et faites pocher pendant 15-20 mn à petit frémissement. Laissez refroidir dans la casserole couverte puis réservez au frais pendant 6 h minimum. Servez avec le sirop filtré.

UN PHILOSOPHE AUX FOURNEAUX

Depuis qu'il a posé ses valises à Nice, ce Japonais pense, réfléchit et conçoit sa cuisine comme il pense, réfléchit et conçoit sa vie.

Texte Emmanuelle Jary. Photos Marie-José Jarry.

Ambiance épurée pour des plats frais et créatifs.

Pas de doute Keisuke Matsushima est bien japonais. Au début de l'interview, les choses paraissent simples. Mais au fur et à mesure, on perçoit l'ampleur et la complexité de sa démarche. Comme si, après avoir ouvert une porte, on se retrouvait face à dix autres portes à ouvrir et ainsi de suite.

Après avoir travaillé au Japon dans des restaurants français, Keisuke qui avait toujours exercé en salle faute de place en cuisine, passe enfin derrière les fourneaux une fois arrivé en France en 1998. Première expérience à Bourg-en-Bresse, capitale du poulet et de la crème. Il poursuit sa tournée chez Régis Marcon, puis au Jardin des Sens des frères Pourcel. Avignon, Toulouse, Aix-en-Provence, l'huile d'olive semble mieux correspondre à son idée de la cuisine que la crème. Il finit par s'installer à Nice, en 2002, dans un mouchoir de poche de 22 couverts.

Keisuke Matsushima réfléchit sans cesse au pourquoi du comment de la cuisine.

Du symbolisme

Il s'agrandit en 2006 en rachetant une salle attenante. Le choix du lieu n'est pas laissé au hasard. Rappelons que l'homme est nippon. Aussi le numéro de la rue intéressa le chef. 22, rue de France. Or l'homme s'est marié un 22 février avec une femme née un 22 novembre. 22, rue de France, c'était évident. Facile de comprendre que tout ce qui va suivre est à l'avenant. Ils sont comme ça les Japonais, ils donnent du sens au moindre détail.

C'est par un jeu de mots, « japanice » qu'il définit non pas sa cuisine mais sa démarche. Il ne s'agit en effet pas tant pour lui de cuisiner que d'habiter le monde avec respect et cohérence.

La cuisine ? Elle est élaborée avec des produits régionaux et préparée selon des techniques japonaises. Exemple, le millefeuille de bœuf et tempura de légumes. Dressées en millefeuille à cru, les tranches de viande sont cuites superposées les unes sur les autres. Ainsi obtient-il l'épaisseur d'un pavé et donc une cuisson saignante à cœur ainsi qu'un moelleux et un fondant accentués.

Sa cuisine répond à la règle de trois : trois saveurs, trois textures, trois goûts. « Au-delà, le palais ne comprend plus rien. » Keisuke avoue ne pas toujours y parvenir, mais sa recherche culinaire tend vers une épure.

Pas question de cuisiner sans tenir compte du devenir de la planète. Il puise dans les produits locaux afin de diminuer les transports. À terme, il ne cuisinera plus que les légumes d'un potager qu'il est en train de mettre en place. Les poissons viennent du bout de la rue et les menus sont imaginés en fonction de ce que M. Toni, son pêcheur, lui propose. Comme tout Japonais, Keisuke Matsushima aime la nature. Il la respecte donc et la visite aussi. « L'été, je vais dans la montagne plusieurs fois par semaine pour cueillir des herbes ou parfois je vais pêcher de bonne heure. » Autre visite régulière : celle des vignobles environnants car l'homme est grand amateur de vin. C'est curieusement au Japon qu'il a développé cette passion, alors qu'il travaillait en salle dans un restaurant français de Tokyo qui comptabilisait près de 5 000 bouteilles.

De la dialectique

Ce chef qui a beaucoup voyagé, aime les chassés-croisés. Au Japon, Keisuke Matsushima a ouvert fin mai un restaurant, « nous l'avons appelé "I" comme identité, information, international ». Produits japonais (localité oblige) et techniques françaises. Là-bas, il a poussé sa philoso- ■■■

■■■ phie du « tout fait maison » à son paroxysme. « En France, nous faisons notre propre pain mais au Japon, nous faisons également nos verres, nos assiettes. Même la musique est faite maison. » Keisuke Matsushima s'est transformé en parolier pour l'occasion.

Sa démarche est globale comme le monde dans lequel nous vivons : « Je réfléchis à l'intérêt d'être japonais et à ma venue en France. » D'une manière générale, l'homme semble réfléchir sans cesse : « Au pourquoi du comment de la cuisine car manger est à la base de la vie. C'est important d'avoir cela à l'esprit. » Sa rencontre avec Jacques Puisais, créateur de l'Institut du goût à Tours en 1999, a sans doute accentué sa vision des choses. L'homme a contribué en partie à son éducation du goût. Il lui a fait remarquer également que dans AOC, il y a origine. Un mot-clé de la pensée de ce chef pas comme les autres. Que ce soit celle des produits et/ou des hommes, il ne faut jamais évincer l'origine de toute chose.

Bien que très intellectualisée, sa cuisine est restituée avec une fraîcheur créative et une simplicité gustative. Poissons de roche, agneau de pays, légumes nouveaux, champignons de printemps ou d'automne, citrons de Menton, les saveurs vous vont droit aux papilles. Les assiettes sont des hymnes à son pays d'accueil et des clins d'œil à sa culture d'origine. Et s'il s'agissait tout simplement d'un nouveau genre de cuisine-émotion ? ❖

Keisuke Matsushima, 22 ter, rue de France, 06000 Nice. Tél. : 04.93.82.26.06. Menus : 35 €-60 €. Fermé sam. midi, dim., lundi midi.

MES ADRESSES FÉTICHE

« Je suis probablement resté à Nice grâce à la cuisine de Dominique Le Stanc, de la Merenda. Je conseille à ceux qui veulent acheter du bon poisson de se rendre le matin sur le parking Carras en direction de l'aéroport et de demander le pêcheur Toni. Je recommande vivement la maison-table d'hôte, également ferme de découverte et vente de produits fermiers, Graine & Ficelle. »

La Merenda, 4, rue Raoul-Bosio, 06000 Nice.
Graine & Ficelle, à Saint-Jeannet.
Tél. : 06.85.08.15.64. www.graine-ficelle.com

1

MILLEFEUILLE DE BŒUF AU WASABI

Entrée en matière

Préparation : 15 mn. Cuisson : 3 mn. Pour 1 personne :

Le millefeuille ■ 130 g de filet de bœuf ■ 6 g de wasabi

La tempura ■ 1/4 de courgette ■ 1/4 de patate douce ■ 1 c. à soupe de farine ■ 1 jaune d'œuf ■ 20 cl d'eau ■ Sel, poivre

■ Coupez le filet de bœuf en 12 tranches fines. Assaisonnez chaque tranche de sel et de poivre. ■ Badigeonnez une tranche de filet de bœuf sur trois avec le wasabi. ■ Montez les tranches en millefeuille sur trois étages avec la tranche au wasabi au milieu. ■ Pour la tempura, mélangez le jaune d'œuf avec l'eau et les glaçons. Versez la farine en pluie. Saupoudrez légèrement les légumes de farine. Trempez dans l'appareil à friture. Faites frire à 160°C pendant quelques minutes. ■ Saisissez les millefeuilles dans une poêle bien chaude, pendant 1 mn de chaque côté. Laissez reposer 3 mn. ■ Dressez dans une assiette avec la tempura de légumes.

Notre conseil vin : un saint-estèphe.

FRAISES EN TARTARE À LA VANILLE, SORBET THYM COULIS VANILLE

Douceur fraîche

Préparation : 20 mn + 10 mn d'infusion. Prise du sorbet : 20 mn. Cuisson : 10 mn. Pour 10 personnes :

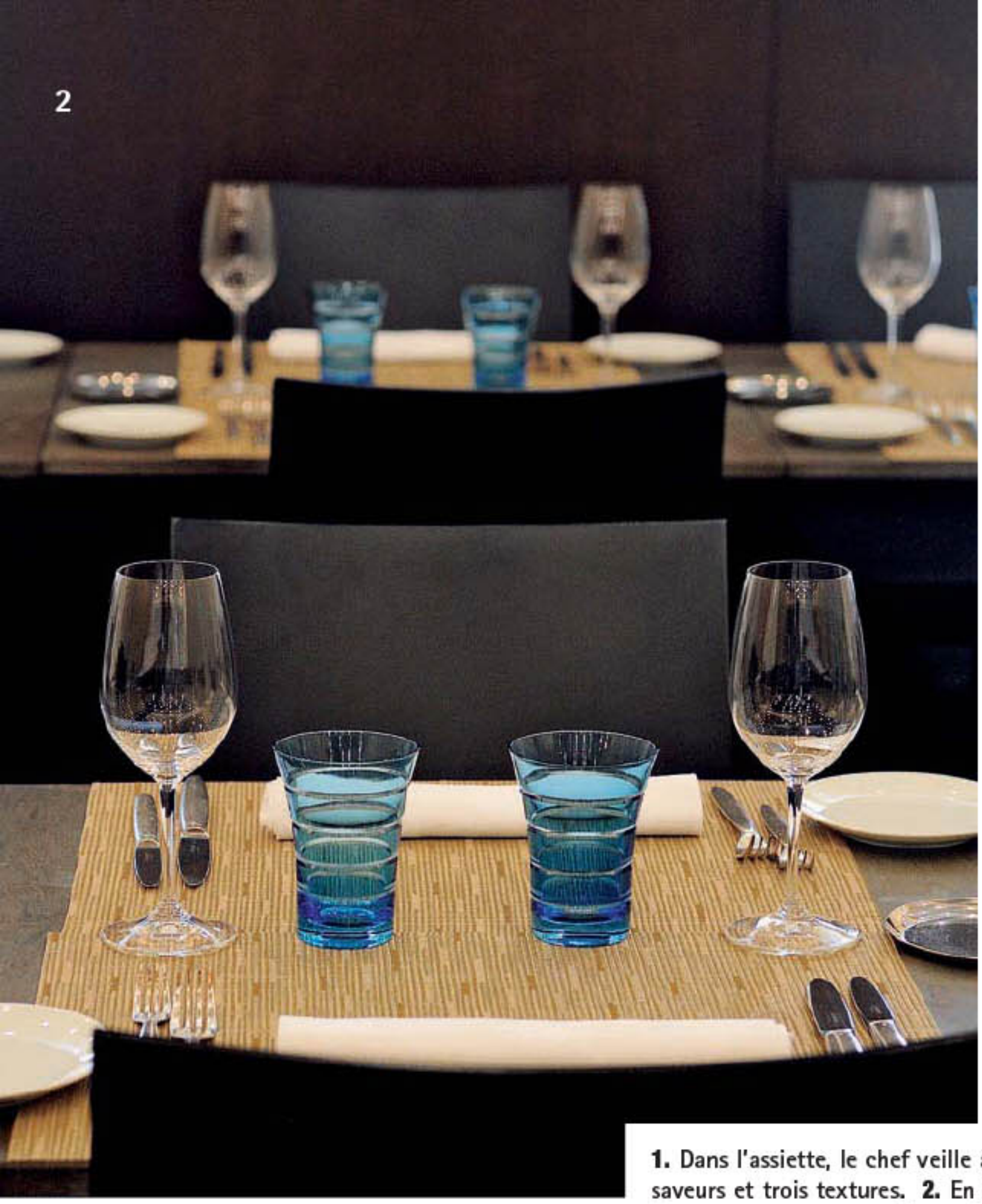
Le tartare de fraises ■ 5 fraises par personne

Le coulis ■ 50 cl d'eau ■ 300 g de sucre ■ 1 gousse de vanille ■ 1 c. à soupe de Maïzena

Le sorbet au thym ■ 75 cl d'eau ■ 75 cl de lait ■ 500 g de sucre ■ 1 c. à soupe de thym

■ Pour le coulis. Faites cuire ensemble l'eau, le sucre et la gousse de vanille fendue pendant 5 mn. Ajoutez la Maïzena et laissez refroidir. ■ Pour le sorbet. Faites chauffer le lait, le sucre et l'eau à ébullition. Ajoutez le thym hors du feu. Couvrez et laissez infuser pendant 10 mn. ■ Passez au chinois, puis à la sorbetière. ■ Coupez les fraises en petits morceaux. Mélangez-les avec le coulis de vanille et dressez dans des coupelles, accompagnées de la glace.

Notre conseil vin : un bugey-cerdon.



1. Dans l'assiette, le chef veille à ce qu'il n'y ait jamais plus de trois saveurs et trois textures. **2.** En France, il fabrique son propre pain. Dans son restaurant au Japon, il va jusqu'à créer ses assiettes. **3.** Avec sa brigade, il marie produits d'ici et techniques japonaises.

ET SI ON FAISAIT...
Une tarte Tatin

Recette et stylisme Bérengère Abraham. Photo Charlotte Lascève.

Un classique inégalé !

Préparation : 20 mn. Cuisson : 45 mn. Pour 6 personnes :

- 6 à 7 pommes à cuire (boskoop de préférence)
- 100 g de beurre demi-sel
- 170 g de sucre en poudre
- 1 pâte feuilletée pur beurre
- Crème fraîche épaisse (facultatif)

Ustensile ■ 1 moule

■ Préchauffez le four à 180°C. Épluchez les pommes et coupez-les en 6 quartiers réguliers. Dans une casserole, faites fondre le sucre avec 1 c. à café d'eau et laissez-le cuire jusqu'à ce qu'il forme un caramel clair.
■ Ajoutez alors le beurre en morceaux et mélangez bien le tout. Versez le caramel au fond d'un moule à manqué et disposez par dessus les pommes en mettant le côté bombé vers le bas.
■ Enfournez les pommes pour 20 mn, jusqu'à ce qu'elles commencent à être tendres. Retirez le plat du four et disposez délicatement la pâte feuilletée sur les pommes en rentrant les bords vers l'intérieur du plat. Remettez le tout au four pour 25 mn jusqu'à ce que la pâte soient bien dorée et gonflée.
■ À la fin de la cuisson, décollez les bords de la tarte encore chaude avec un couteau fin et retournez-la sur une assiette. Dégustez-la tiède avec un peu de crème fraîche.

Notre conseil vin : un muscat-du-cap-corse.

Peinture Ressources.

VOYAGER

L. Grandadam

J.-F. Mallet

L. Grandadam

76 Touraine : balade dans le potager géant de la France **86** Moment privilégié sur l'île de Beauté **90** Le fromage de brebis, un pur plaisir **96** Le bugey, une appellation à découvrir d'urgence **102** Dépaysement assuré au Sénégal **111** Spécial Vins : tour de France des régions viticoles **129** Le grand Lapostolle : un cocktail aux couleurs de l'automne

Des amoureux de la Loire perdurent la tradition ligérienne des anciennes embarcations à fond plat.

TOURAINE
Un jardin extraordinaire

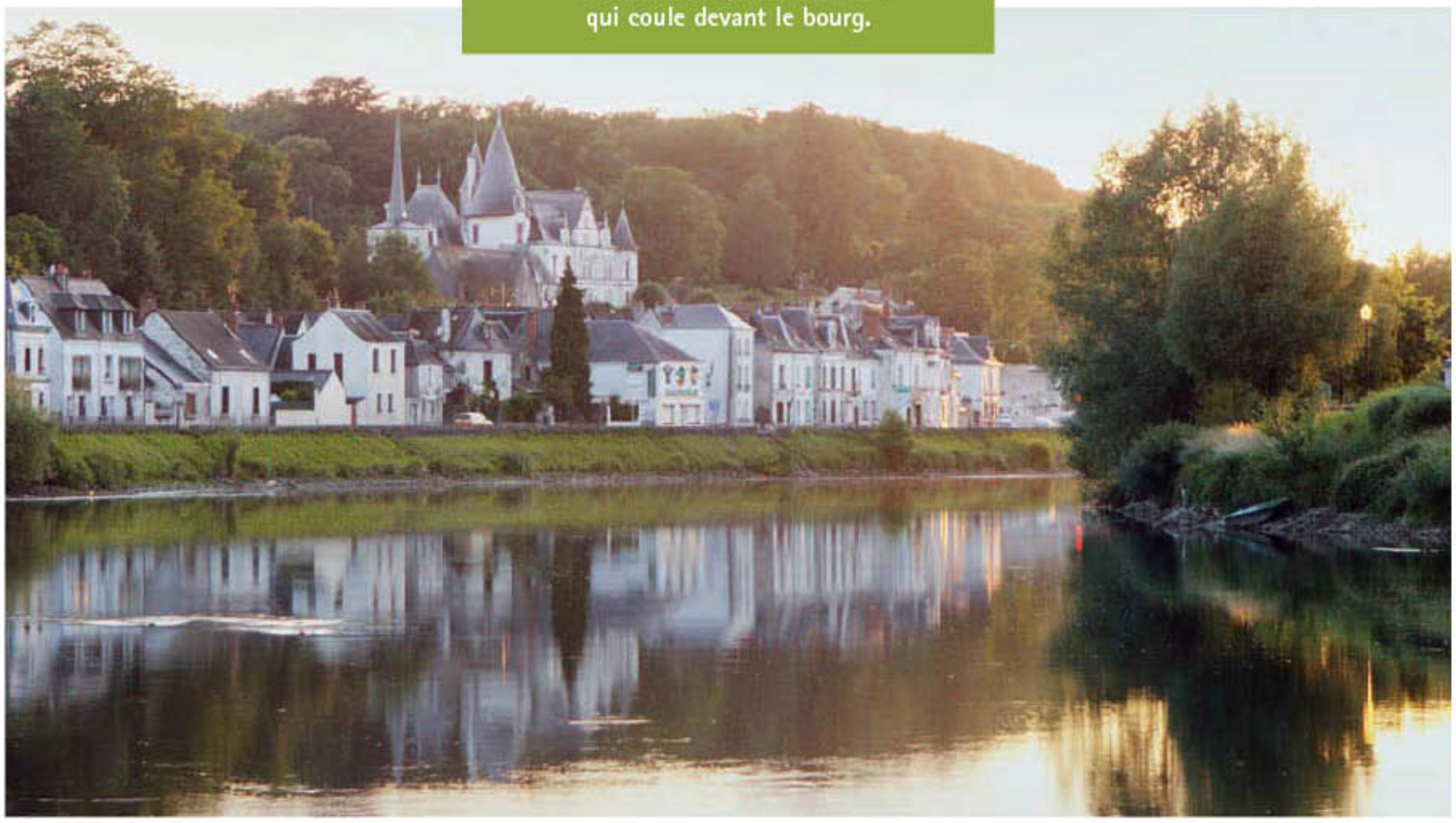
Près des châteaux de la Loire, des amoureux du bon produit et des fous de création culinaire ressuscitent l'infinie diversité du plus grand jardin de France. *Texte Renaud Richebé. Photos Laurent Grandadam.*

Épaulée par le Cher, l'Indre et la Vienne, la Loire, dernier grand fleuve sauvage d'Europe, coule à travers la Touraine et lui donne son énergie. Ajoutez à ce privilège la clémence du climat et vous constaterez que cette région, correspondant approximativement au département de l'Indre-et-Loire, compte parmi les plus fertiles du monde. De ses cultures et de ses élevages jaillit une phénoménale puissance gustative.

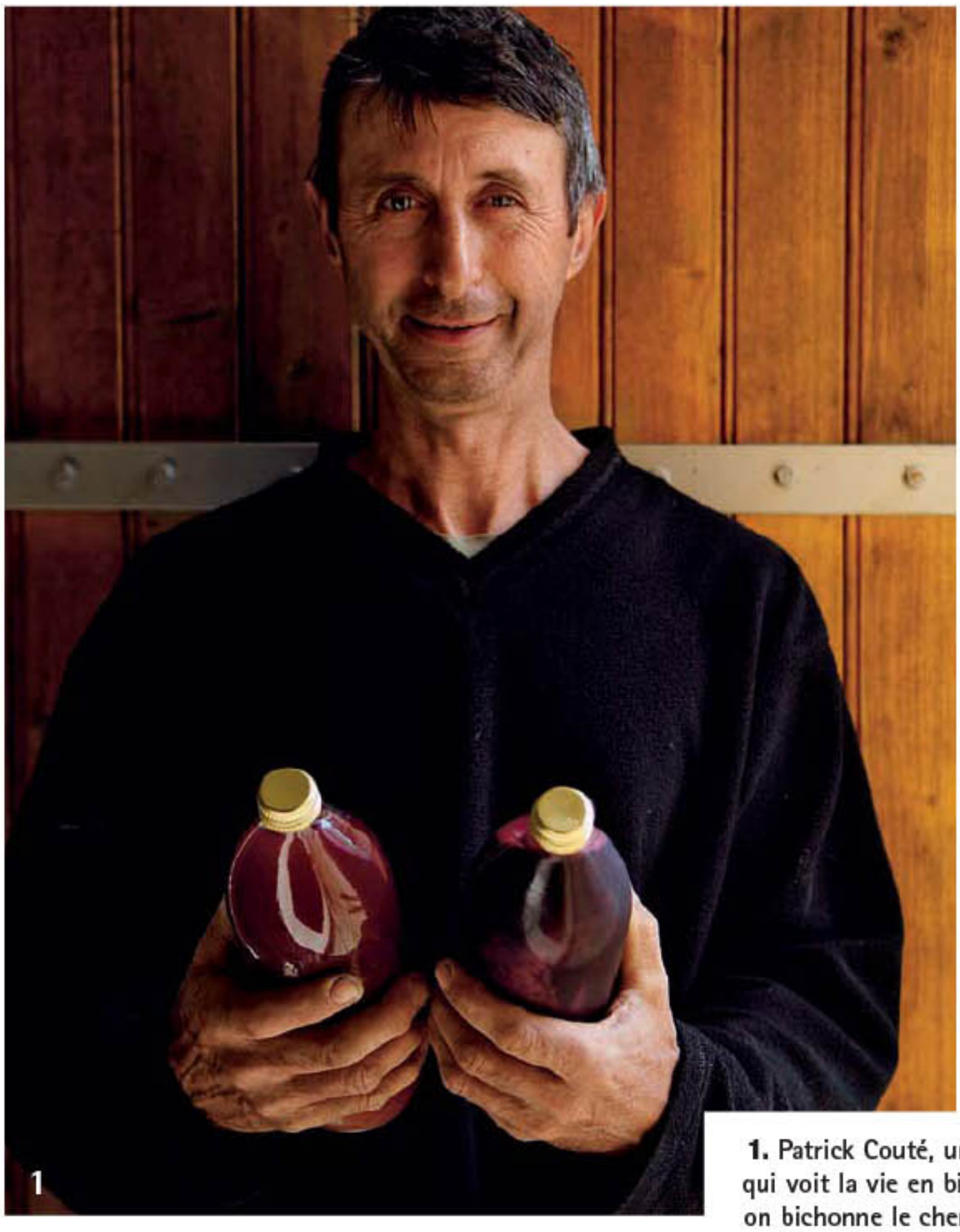
Sur les deux hectares de son « champ de pagaille », Xavier Mathias a concentré plus de 300 variétés de légumes et de plantes aromatiques. Tout est bio et l'engrais vert, car Xavier est un homme de conviction qui ne tolère pas la moindre intervention artificielle. Ainsi a-t-il rencontré Bernard Charret, chef des Chandelles Gourmandes à Larçay, autre personnage de très grande conviction et sur la même longueur d'ondes. Ce dernier est depuis vingt ans à la recherche des producteurs qui œuvrent dans l'excellence du goût et dans le respect de la nature, bien au-delà des critères EQT(*). « Le mauvais n'existe plus : il a été remplacé par l'insipide », dit-il. Et de refuser dans l'enceinte de sa cuisine tout produit dont la transformation aurait échappé à l'éleveur ou au maraîcher. Parlez donc de Bernard à Françoise Laveau, qui élève des poules gélines de Touraine. Ou à Patrick Couté, qui produit des fruits à Saint-Paterne-Racan. Ou aux Cornuet, qui élèvent des brebis tête rouge à Perrusson. Tous ont adopté la culture nature et tous vous diront que Bernard a participé à la renaissance (au sauvetage ?) des mille produits de la Touraine. Alix de Saint-Venant, en son merveilleux château de Valmer, participe de ce mouvement. En 2000, elle crée un jardin potager qui recèle aujourd'hui 1 200 espèces de légumes, légumes-fruits, fleurs et herbes aromatiques. « Passez vos mains sur cette plante, sentez ce parfum, goûtez, respirez… »

Adoptée, cuisinée, cultivée

À Valmer, tout se mange, sauf les pots et le tuyau d'arrosage : chardon Marie, cosmos chocolat, huître végétale, une plante qui a le goût du mollusque, chou marin, et plus de 30 variétés de sauge. Alix est aussi une femme de conviction, qui sillonne le monde à la recherche de plantes inconnues, de graines impossibles et de légumes oubliés, dont elle revendique 3 500 spécimens catalogués dans ses congélateurs. Quand elle trouve, elle tente de faire pousser, aidée d'une poignée de jardiniers. Si telle plante s'adapte à la Touraine, elle appelle Bernard Charret qui cherche à son tour un moyen de la cuisiner. Xavier Mathias prendra ensuite le relais pour établir une culture durable. Durable à la fois dans le temps et dans le procédé, ce dernier refusant même la désinfection thermique que le bio autorise pourtant. Grâce à un réseau de collectionneurs de graines, Xavier se met lui aussi ▪▪▪



Dominé par son château, Véretz vit au rythme du Cher qui coule devant le bourg.



1. Patrick Couté, un producteur de fruits, qui voit la vie en bio. **2.** Chez les Jousset, on bichonne le chenin pour qu'il donne le meilleur de l'appellation montlouis. **3.** Le métier de Sébastien Georget? Il est l'un des derniers cressiculteurs de Touraine.

■■■ en quête de l'unique ou du disparu. Une amande de terre à la texture de noix de coco, une poire-melon de la famille des tomates, une agastache anisée, une monar de didyma… Qui connaît encore ces délices ? Certains légumes sont délaissés parce qu'ils manquent de goût, « alors que leur qualité est justement de fixer les parfums qu'on leur apporte », explique Xavier. C'est le cas de cette rarissime poire de terre : malgré 4 heures de cuisson, elle conserve son croquant et piège les saveurs.

La carotte n'est pas qu'orange

Sur les routes de Touraine, le palais s'exerce aux saveurs oubliées, tandis que l'œil savoure les paysages. Au nord, sur les étendues planes creusées de rares sillons, chèvres et fruits se partagent l'espace. Il suffit de reprendre le cours de la Loire pour retrouver du relief, et suivre les routes du Sud pour admirer les vagues de collines basses couvertes de cultures. Partout, la forêt prend ses aises et il faut composer avec elle pour pénétrer le dédale des lieux remarquables. Partout se cachent des fermes, des châtelets masqués derrière un rideau d'arbres, des hameaux, des villages bijoux comme Chédigny. Comme souvent en France, on n'embrasse pas la Touraine l'espace d'un séjour. Il y a là trop de campagnes accueillantes et fécondes, délaissées par les touristes au profit de Tours, de Loches et des châteaux d'Azay-le-Rideau sur l'Indre, de Chenonceaux à cheval sur le Cher, d'Amboise dominant la Loire, ou de Chinon rénové sur la Vienne.

Avec discrétion, bien des producteurs ont sauvé la pléthorique diversité qui s'épanouissait antan, suscitant chez les chefs une infinie créativité. Ces derniers nous rappellent que la carotte n'est pas seulement ■■■

1

2

3

4

1. Françoise Laveau et l'une de ses gélines de Touraine. **2.** Bernard Charret, l'homme qui a su redonner ses lettres de noblesse à la gastronomie tourangelle. **3.** Akrame Benallal n'a pas fini de faire parler de sa cuisine… **4.** Le pêcheur Philippe Boisneau connaît le fleuve comme sa poche !

FRITURE DE LA LOIRE

Croustillant

Préparation : 20 mn. Cuisson : 10 mn. Pour 4 personnes :

Pour la mayonnaise ■ 1 œuf + 1 jaune ■ 3 dl d'huile d'arachide ■ 1 c. à café de moutarde ■ 1 c. à café de persil ciselé ■ 1 c. à café d'échalote ciselée ■ Sel, poivre

Pour la friture ■ Environ 200 g d'un mélange de gardons, ablettes et goujons (comptez 320 g pour une entrée) ■ Un filet d'huile d'arachide à friture ■ 2 c. à s. de farine

■ La mayonnaise. Battez le jaune d'œuf en ajoutant progressivement l'huile, puis la moutarde.

■ Cuisez l'œuf entier de façon à ce qu'il soit dur. Hachez-le. Incorporez à la mayonnaise et ajoutez le persil et l'échalote. Salez et poivrez.

■ La friture. Videz les poissons en pratiquant une entaille sur l'abdomen. Passez rapidement les poissons dans la farine, puis faites-les revenir dans une poêle préalablement chauffée avec un filet d'huile.

■ Déposez la friture sur du papier absorbant. Salez et poivrez.

■ Servez la friture accompagnée d'une belle tartine de pain de campagne beurrée. Dégustez les sardines avec la mayonnaise.

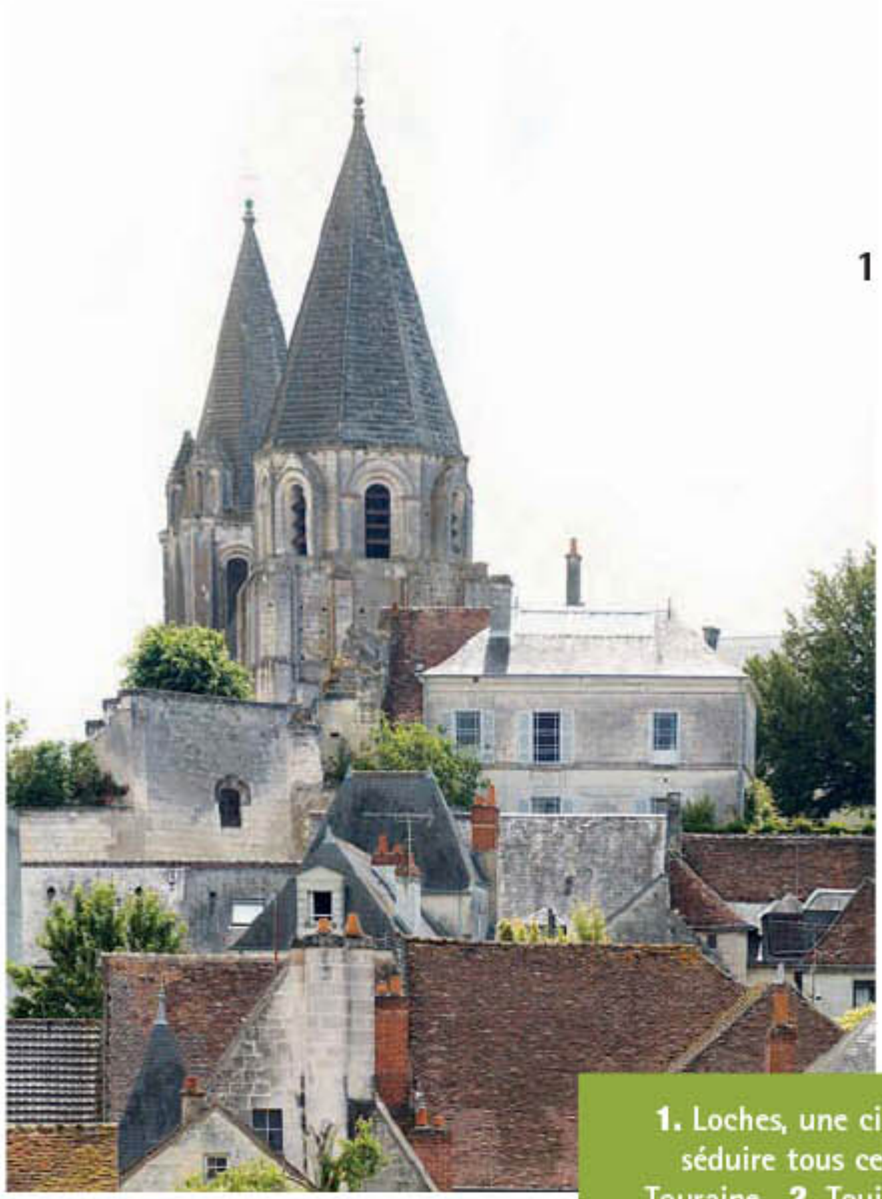
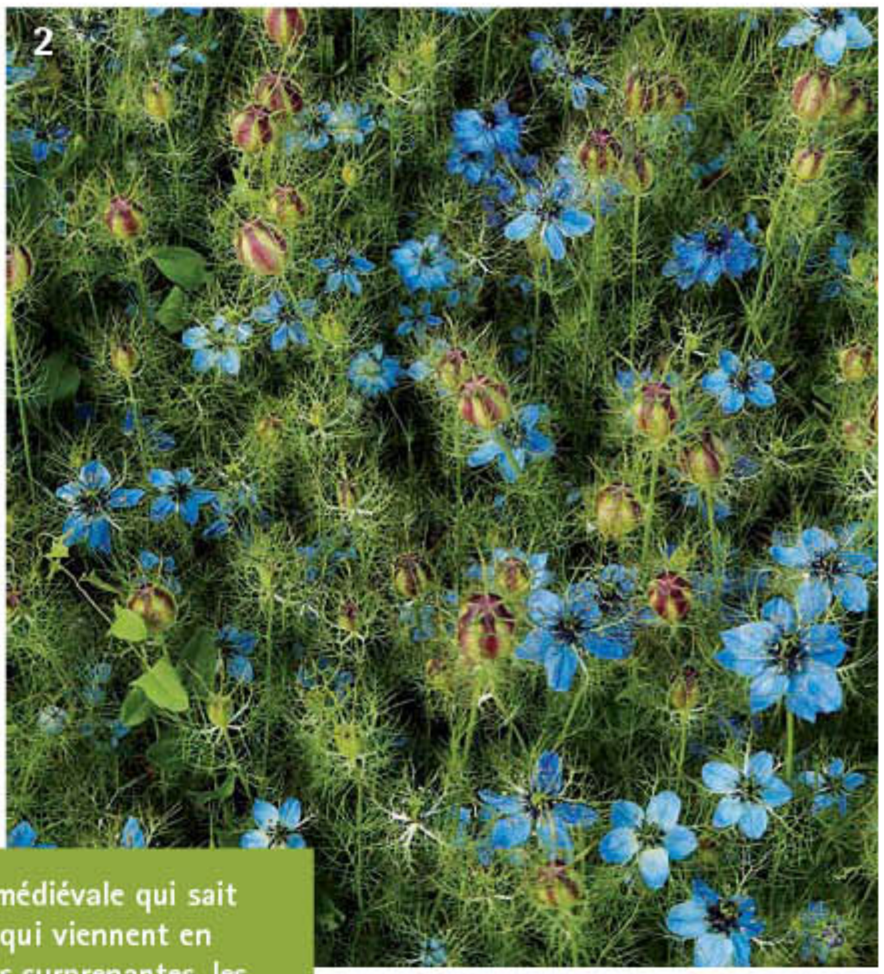
Notre conseil vin : un entre-deux-mers blanc.

Une recette de Didier Édon du restaurant Les Hautes Roches, à Rochecorbon.

1. Dans sa maison d'hôte, Anne-Fabienne Bouvier se fait un honneur de proposer des recettes régionales. 2. Le rendez-vous à ne pas manquer : le Château Valmer et ses légumes anciens. 3. Xavier Mathias, un doux dingue pour qui le bio est une philosophie de vie.

FICHE PAGE 133

SABLÉS AU FROMAGE DE CHÈVRE

1. Loches, une cité médiévale qui sait séduire tous ceux qui viennent en Touraine. **2.** Toujours surprenantes, les découvertes lors d'une visite au Château de Valmer ne laissent jamais indifférent !

■■■ orange, que la sauge se décline en d'inconnues variétés, que la betterave peut être blanche. Ils aiment la Touraine pour ses légumes et ses fruits, s'intéressent à ses fromages, majoritairement de chèvre, se passionnent pour les poissons sauvages de ses rivières – alose, sandre, mulet, carpe, lamproie – et pour les viandes – agneau, pigeon, géline historiquement tourangelle, porc roi rose à la chair aussi rose que la robe… On peut encore citer l'oie blanche de Touraine, race endémique. Et s'intéresser au safran. Rappeler aussi que la Touraine fut une grande région truffière et le demeure dans une moindre mesure, Marigny-Marmande se posant en village phare de la *melanosporum*.

Un terroir d'exception

Au Château des Sept Tours, Akrame Benallal a aussi opté pour les meilleurs produits de sa région d'adoption. À 27 ans, sa maîtrise de la cuisine en étonne plus d'un. En témoignent son pigeon de Racan à la croûte de sésame ou son foie gras vapeur « qui chante » au milieu d'un bouillon de légumes. « La cuisine, c'est aussi la liberté de choisir ses produits », dit-il. Même discours chez Didier Édon aux Hautes Roches, où une simple salade de légumes de Touraine devient un bonheur gustatif. Et tandis que Christophe Duguin, au Chapeau Rouge, s'émerveille du Roi Rose, de la poire tapée ou de l'agneau Maine-Touraine, Anne-Fabienne Bouvier, de La Ferme Blanche, s'amuse à rechercher des recettes purement locales et sûrement oubliées.

Tourangeaux de naissance ou d'adoption, aucun d'eux n'omet d'associer leurs saveurs aux vins de Loire. Car cette même infinie diversité se déguste dans les vignobles, à Vouvray, Chinon, Bourgeuil. À Montlouis aussi, où le cépage blanc chenin sème le trouble chez les amateurs, parce qu'il change de caractère selon le terroir. Les Jousset, installés ici en 2004, font de ce raisin un vin qu'ils qualifient de « propre », car issu d'un vignoble de 11 ha où la terre vit et respire, juste labourée et sans désherbant ni insecticide.

Ainsi s'apprécie la Touraine, tour à tour objet de curiosité historique et terrain d'observation de la nature, où l'on parle de chaque produit avec un évident respect. Françoise Laveau « cueille » les gélines qui seront abattues. Patrick Couté, philosophe, ne s'offusque pas des attaques d'insectes : ça finit par renforcer l'arbre qui se défend tout seul.

À force de croiser la route de ces artisans producteurs positivement maniaques, on finit par se souvenir que chaque produit porte aussi le nom de sa variété. On baptise bien un château, une rivière ou un village !

(*) Le pôle Élevage Qualité Touraine regroupe 5 filières d'élevage tourangelles imposant une démarche qualité et destiné à promouvoir des produits 100 % de Touraine : volaille géline, agneau de Touraine, porc roi rose, fromage sainte-maure AOC et lait Délices de Touraine.

PRATIQUE

Y aller

■ Gare TGV à Saint-Pierre-des-Corps (Tours). 55 mn de Paris.

Se renseigner

■ Comité départemental du tourisme. Tél. : 02.47.31.47.48. www.tourism-touraine.com.

■ Office du tourisme de Tours. Tél. : 02.47.70.37.37. www.ligeris.com.

LES HÔTELS

Les Hautes Roches

86, quai de la Loire, 37210 Rochecorbon.
Tél. : 02.47.52.88.88. www.leshautesroches.com

Ce Relais & Châteaux 4* propose 12 chambres et suites troglodytiques (autrefois cellules monastiques) sur les 15 existantes. La demeure e, la vue sur la Loire, le jardin et bien sûr la table en font une adresse privilégiée. Dès 150 € la double. Petit déj : 20 €.

✔ La Ferme Blanche

La Chaume-Brangerie, 37240 Cussay.
Tél. : 02.47.91.94.43. www.la-ferme-blanche.com

Ex-championne de fun-board, Anne-Fabienne Bouvier a posé sa nouvelle existence dans cette ferme adorable qu'elle a retapée, grâce à son talent de peintre et de restauratrice. Cuisinière passionnée, Anne-Fabienne a même suivi une formation chez Lenôtre. Petite piscine. 130 € la double, chambre familiale et suite 180 €/4 pers., excellent petit déjeuner inclus. Dîner : 32 €.

Le Clos de Ligré

37500 Ligré. Tél. : 02.47.93.95.59.
www.le-clos-de-ligre.com

Dans cette grande et belle ferme en pierre blanche avec sa maison de maître et son tilleul, Martine Descamps a installé 5 chambres d'hôtes, une jolie piscine dans un jardin caché et une salle de billard. 100 € la double. Petit déjeuner inclus. Dîner : 35 €.

Le Pavillon des Lys

9, rue Orange, 37400 Amboise. Tél. : 02.47.30.01.01.
www.pavillondeslys.com

Belle maison bourgeoise avec 7 chambres et suites de 95 € à 210 €. Le chef Sébastien Bégouin y tient une table dont la réputation s'est vite affirmée.

LES TABLES

✔ Les Chandelles Gourmandes

37270 Larçay. Tél. : 02.47.50.50.02.

Bernard Charret exploite admirablement la richesse tourangelle, recherche le mariage des textures et des saveurs. Une cuisine précise et enchantée. Silure poêlée aux girolles et oca du Pérou, lamproie au sang, carpe aux cèpes… Superbe plateau de fromages. Menus : 39-48 €.

Le Notaboo - Château des 7 Tours

37330 Courcelles-de-Touraine. Tél. : 02.47.24.69.75.

Akrame Benallal, 27 ans, un chef en ébullition au riche parcours (Gagnaire, Ferran Adrià…) développe ici, depuis trois ans, sa créativité, impose la saisonnalité des produits, préserve saveurs et couleurs, propose des associations originales. Gelée de basilic et roulé de saumon, foie gras vapeur, pigeon de Racan… Menus : de 65 à 130 € (vin inclus). Carte : 75 € env.

Les Hautes Roches

86, quai de la Loire, 37210 Rochecorbon.
Tél. : 02.47.52.88.88. www.leshautesroches.com

Étoilé depuis qu'il a 26 ans, Didier Édon, à 45 ans, n'a rien perdu de sa passion pour la qualité des produits. Il a gardé de sa Bretagne natale son amour des poissons et crustacés, mais se passionne pour les légumes de Touraine. Parmi ses préférences, turbot juste grillé et caviar de cèpes (36 €), bonbons de homard inclus dans un menu Trois services de homard (90 €). Carte : 68 € env.

Le Bout du Monde

Le Bourg, 37510 Berthenay. Tél. : 02.47.43.51.50.

Avec Hervé Guttin en cuisine, le sommelier Christophe Roublin associe avec précision les 1 200 références de sa cave aux idées développées dans les assiettes. Trilogie de cochon à la sauge, langoustines momifiées par la pomme de terre, ris d'agneau… Menus : 17-32 €. Carte : 45 € env.

Le Chapeau Rouge

49, pl. du Gal-de-Gaulle, 37500 Chinon. Tél. : 02.47.98.08.08.

Installé depuis 4 ans sur une charmante place, Christophe Duguin a libéré ses aspirations. Une belle cuisine traditionnelle rénovée dans ses techniques, des produits locaux travaillés avec une apparente simplicité. Agneau 3 saveurs (brochette de gigot, collier en effiloché, épaule ou carré). Menus : 22-38 -56 €. Carte env. 45 €.

Olivier Arlot

33, rue Colbert, 37100 Tours. Tél. : 02.47.66.33.08.

À 28 ans, après le Park Hyatt, le Plaza Athénée et le Crillon, Olivier Arlot revient avec réussite dans sa Touraine natale avec « de l'essentiel et du direct ». Parfait de fromage frais et saumon à la gelée de concombre, petits pois à la française et rillons, râble de lapin frotté à la sarriette. Menus : 23 -29 -59 €.

L'Auberge de Jable.

37120 Lémeré. Tél. : 02.47.95.47.95.

Isolée au milieu des vignes, une table mise en lumière par Carole et mise en saveurs par Philippe Schilling. Poissons, ris de veau, des idées qui changent et de très bons produits. Carte : de 35 à 50 €.

L'Auberge de Jable : on sait y recevoir…

MON PANIER

Légumes et herbes

■ ***Xavier et Yolène Mathias,*** *le Champ de Pagaille, 37310 Chédigny. Tél. : 06.33.44.51.70.*
Des maraîchers pas comme les autres qui cultivent la diversité.

■ ***Sébastien Georget,*** *37420 Huismes. Tél. : 06.80.01.41.87.*
L'un des derniers cressiculteurs de Touraine.

Fruits

■ ***Patrick Couté,*** *16, rue Leclerc, 37370 St-Paterne-Racan. Tél. : 02.47.29.31.12.*
Des pommes, des cerises, des fruits rouges, en biodynamie.

■ ***Christine et Yves Hérin,*** *rue de Quinçay, 37190 Rivarennes. Tél. : 02.47.95.45.19.*
Production de poires tapées à l'ancienne autour de 4 variétés.

Volailles

■ ***Françoise Laveau,*** *Bio Éden, Ferme de la Bridée, 37330 Souvigné. Tél. : 02.47.24.95.67.*
Des gélines noires à la saveur inimitable.

Poissons de Loire

■ ***Philippe Boisneau,*** *Tél. : 02.47.23.86.09/06.11.29.11.64.*
Il est l'un des derniers pêcheurs à utiliser un filet-barrage.

Fromage de brebis

■ ***Domin ue et Geneviève Cornuet,*** *La Brosse, 37600 Perrusson. Tél. : 02.47.91.94.43.*
Les seuls à faire du fromage de brebis en Touraine.

Vins

■ ***Bertrand et Lise Jousset.*** *36, rue des Bouvineries, Husseau, 37270 Montlouis. Tél. : 02.47.50.70.33.*
65 ans à eux deux et déjà du talent, décliné surtout en blanc.

À voir…

■ ***Château de Valmer,*** *37210 Chancay. Tél. : 02.47.52.93.12.*
Pour le conservatoire des légumes anciens.

■ ***La Bourdaisière,*** *37279 Montlouis. Tél. : 02.47.45.16.31.*
Pour le conservatoire de la tomate (650 variétés !).

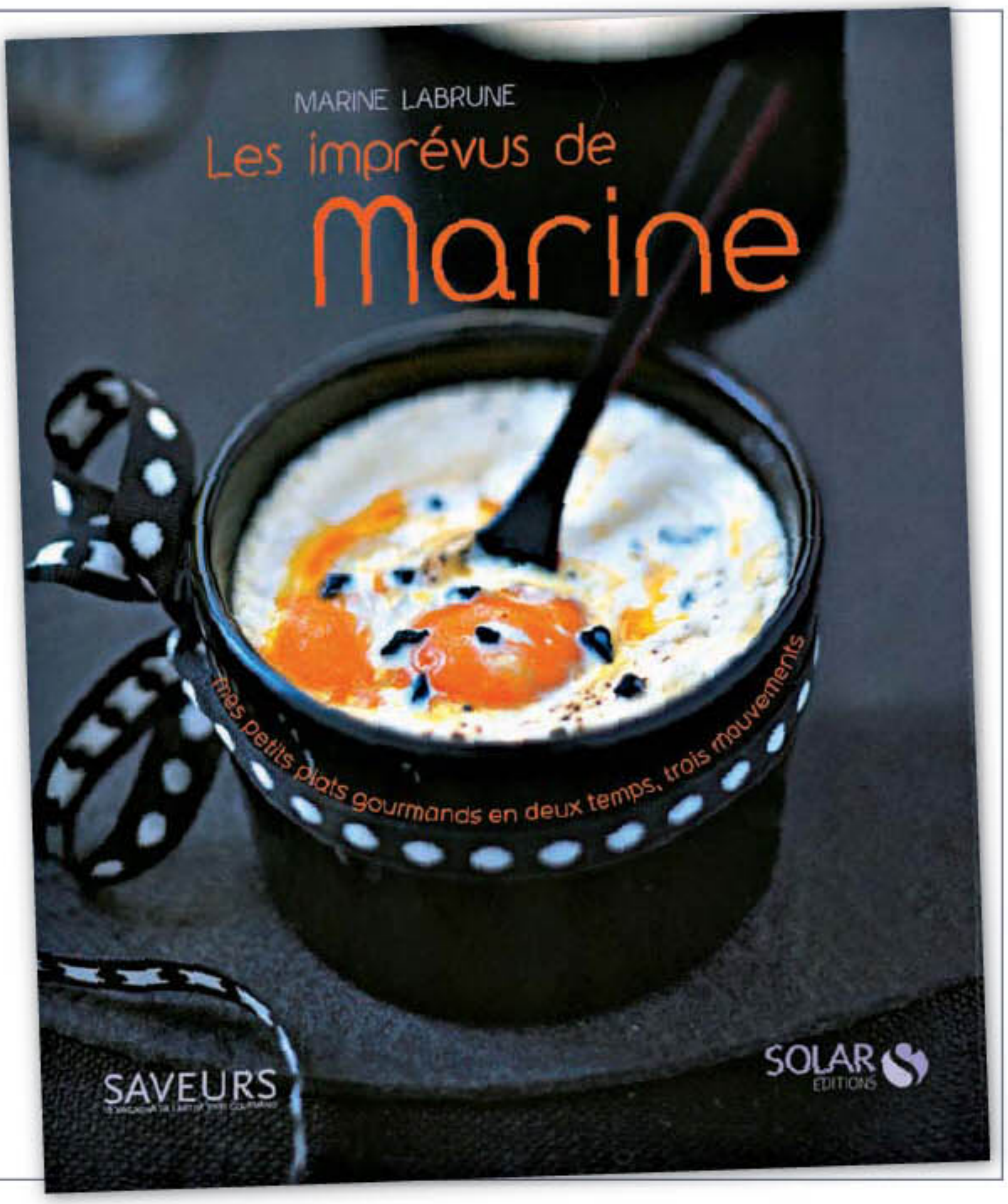
POUR VOTRE CUISINE DE TOUS LES JOURS

LES IMPRÉVUS de Marine

46 RECETTES simples et gourmandes

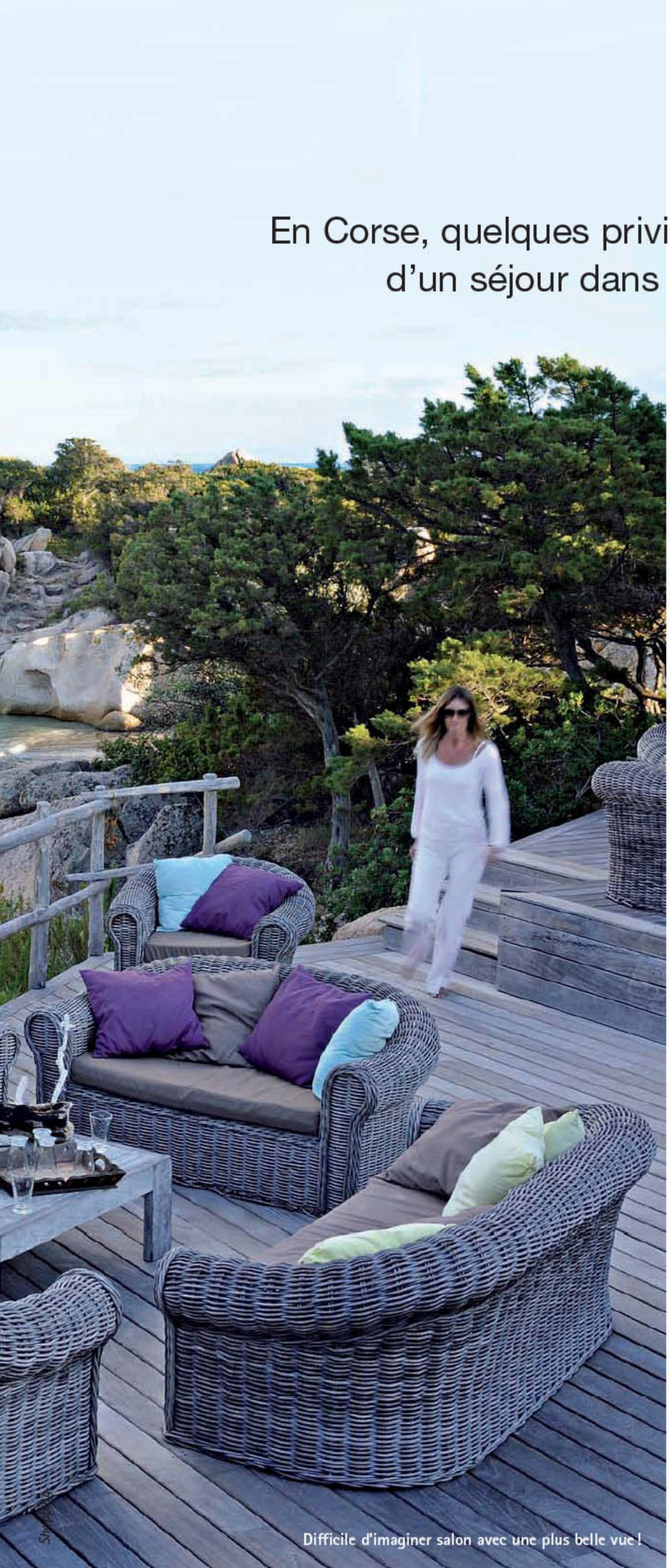
Les Imprévus de Marine,
de Marine Labrune. 46 recettes. 104 pages.
Une coédition Solar/Saveurs.14,90 €.

EN VENTE CHEZ VOTRE LIBRAIRE



L'ARRIÈRE-SAISON
en toute beauté

En Corse, quelques privilégiés s'éclipsent le temps d'un séjour dans une nature paradisiaque…


Difficile d'imaginer salon avec une plus belle vue !

Texte Sylvie Gendron. Photos Marie-José Jarry. Stylisme Virginie Duboscq. Stylisme des recettes Bérengère Abraham.

Sur la route de Sartène, à environ 20 km de l'aéroport de Figari, un portail vieilli par le soleil et le vent marque l'entrée du domaine de Murtoli. Valérie, la maîtresse des lieux, nous y attend, pour nous guider sur un chemin caillouteux jusqu'à notre bergerie. Les voitures s'enfoncent dans le maquis. Aucun panneau, aucune signalisation. Les douze bergeries du domaine, transformées en luxueuses chambres d'hôtes, sont invisibles depuis la route. À peine si on devine un toit là-bas au loin, au détour d'un virage. Pratiquement tout a été dit sur le domaine de Murtoli, considéré par beaucoup comme l'un des plus beaux endroits au monde. Le charme de ses anciennes bergeries décorées par le propriétaire Paul Canarelli, les 8 km de plages, les criques, le maquis à perte de vue, la mer… Valérie nous ouvre les portes de la maison sobrement restaurée avec des matériaux de qualité et du mobilier traditionnel. Avant de nous quitter, elle nous propose une balade dans le maquis en compagnie de Stéphane Ragliano, herboriste. Après trois heures passées avec lui, immortelle, bruyère, myrte, arbousier n'ont plus aucun secret pour nous. En rentrant, nous passons devant le potager où le jardinier fait le marché pour le repas du soir.

Pour dîner, rendez-vous au restaurant de la plage pour un repas en plein air. Alice, la compagne de Bernard Coloma, le chef, vient nous présenter la carte du restaurant. Comme partout à Murtoli, honneur aux produits corses. Après le dîner, certains s'éloignent vers la plage, d'autres rejoignent leur maison, tandis que certains se laissent séduire par les chants corses et les accords de guitare qui annoncent le début de la nuit. Le plus bel endroit du monde Murtoli ? C'est possible… ❖

Domaine de Murtoli, 20100 Sartène.
Tél. : 04.95.71.69.24. www.murtoli.com

1

2

3

4

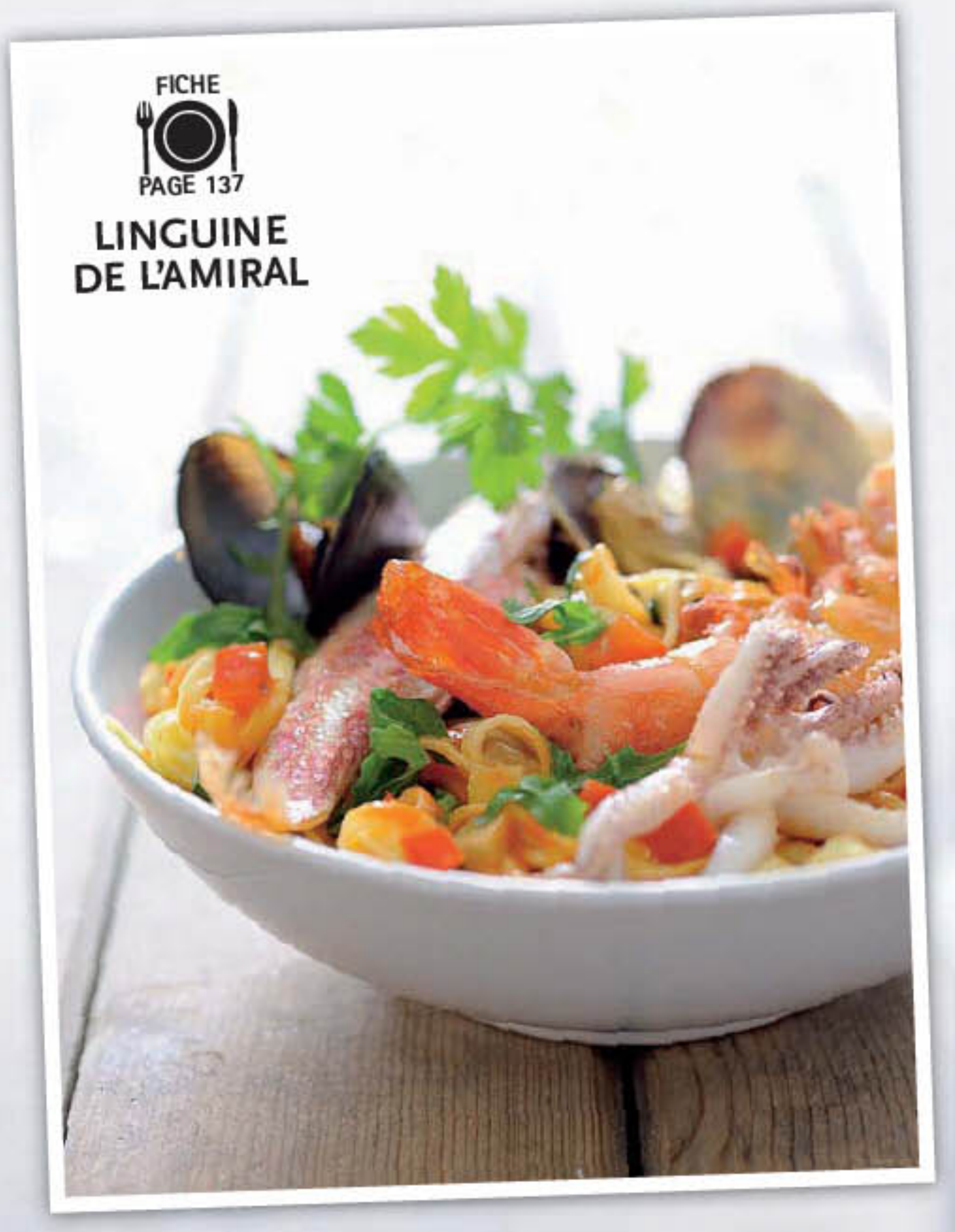
1. Le domaine s'étend sur quelque 2 000 hectares de nature préservée, où sont disséminées les anciennes bergeries réhabilitées en maisons d'hôtes. **2.** Le charme des vieilles pierres dans un cadre unique allié au raffinement luxueux de la rénovation. **3.** À chaque maison ses particularités, dans la demeure A Liccia, une cuisine d'été a par exemple été aménagée. **4 et 8.** On ne se lasse pas d'écouter la musique de la nature. **5, 6 et 7.** La décoration intérieure, réalisée avec beaucoup de soin, privilégie les couleurs et les matières naturelles pour être en harmonie avec le lieu.

5

6

7

8



CRÈMES PRISES À LA MARJOLAINE, CONFITURE D'ABRICOTS AU MUSCAT

Original

Préparation : 30 mn + 4 h de réfrigération. Cuisson : 55 mn + 1 h 30 pour la confiture. Pour 8 personnes :

Pour la crème prise ■ 1/2 l de lait entier ■ 1/2 l de crème liquide ■ 180 g de sucre semoule ■ 1 botte de marjolaine ■ 10 jaunes d'œufs

Pour la confiture ■ 500 g d'abricots dénoyautés ■ 350 g de sucre ■ 1/2 gousse de vanille ■ 1 dl de muscat-du-cap-corse

■ La confiture. Mélangez tous les ingrédients. Laissez mariner 4 h au réfrigérateur. Faites cuire à feu doux dans un poêlon en cuivre pendant 1 h 30.
■ Préparez un bain-marie dans le four en y glissant un grand plat à moitié rempli d'eau très chaude. Préchauffez à 110°C.
■ La crème prise. Dans une casserole, faites bouillir le lait avec la crème. Retirez du feu, plongez la marjolaine et laissez infuser 10 mn à couvert. Retirez la botte de marjolaine.
■ Dans un cul-de-poule, fouettez énergiquement les jaunes d'œufs avec le sucre afin que la préparation blanchisse. Versez dessus l'infusion de marjolaine. Mélangez le tout avec un fouet.
■ Dans 8 verrines, déposez 1 c. à soupe de confiture d'abricots, répartissez l'appareil à crème dans chaque pot. Faites cuire dans le bain-marie du four, pendant 45 mn.
■ Laissez refroidir à température ambiante, puis 4 h au frais.

Notre conseil vin : un muscat-du-cap-corse.

Derrière l'image d'Épinal du berger, la réalité d'un travail difficile que l'on effectue aujourd'hui par passion.

Là-haut, sur la montagne

Un bon fromage de brebis ça se mérite ! Direction le Sud-Ouest de la France, sur les hauteurs du Pays basque et du Béarn, pour découvrir ses secrets.

Texte Pierrick Jégu. Photos Laurent Grandadam.

Les 500 brebis de Brigitte et Monique Lahitette ont chacune leur petit nom, histoire de les reconnaître plus facilement sans doute…

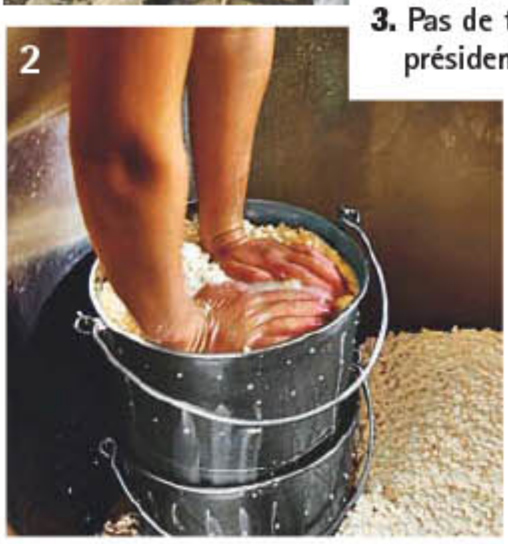
Il faut parfois grimper en haute altitude pour les rencontrer, souvent garer sa voiture au bout d'une petite route et entamer des marches plus ou moins difficiles et plus ou moins longues, jusqu'à quatre heures, puis entendre le bruit des cloches accrochées au cou des brebis pour comprendre que l'on approche de leur territoire. Dès la fin du printemps, les éleveurs transhumants s'échappent de leurs exploitations de vallée pour monter en estive et s'installer dans leurs cabanes rustiques pour trois ou quatre mois.

À cette époque de l'année, les villages du Piémont des Pyrénées sont régulièrement traversés par des troupeaux en direction des sommets. Car c'est là-haut que se fabriquent les meilleurs fromages, les plus complexes, les plus aromatiques, pendant ces beaux étés qui permettent aux bêtes de se nourrir de la végétation naturelle et variée des pâturages montagnards du Pays basque et du Béarn. Nous voici donc dans la vallée d'Aspe, l'un des berceaux de ce fameux fromage de brebis des Pyrénées. Rencontrer la famille Domengeus – Jean-Marc, Marguerite, la grand-mère et Pierre-Louis, le petit–fils, et Jean-Marie Boyer, le fromager – se mérite. Des heures de marche pour arriver à l'estive Banasse, magnifiquement perchée, lieu de calmes quartiers d'été. Le tableau? Une cabane toute simple: d'un côté, une pièce de vie assez spartiate, et de l'autre, un petit espace dédié à la fabrication du fromage. Un peu plus loin, un petit saloir où les derniers venus commencent leur affinage. Pas besoin d'un grand confort. Certes romantique, le cliché du berger bienheureux faisant sa sieste en surveillant vaguement du coin de l'œil son troupeau est assez éloigné de la réalité. La journée type d'un fermier en estive n'a rien de très reposant.

Un emploi du temps chargé !

Le matin est occupé par environ deux heures de traite, à la main, puis par la fabrication du fromage. L'après-midi, le troupeau part s'ébrouer dans la nature, seul ou accompagné du berger. À son retour, à nouveau deux heures de traite environ. Dans la vallée d'Ossau, la famille Lahitette occupe la même estive depuis 45 ans, à 1 h 30 de marche du Lac de Bious-Artigues, au pied ou presque du célèbre Pic du Midi d'Ossau. Dans le creux d'un immense vallon, une petite maison bordée par un torrent. Quelques chevaux, des ânes, des cochons, des chiens, des chèvres élevées par Monique, et quelque 500 brebis basco-béarnaises « commandées » par Brigitte, sa sœur. La recette artisanale de la fabrication du fromage de brebis des Pyrénées est, à peu de choses près, partagée par tous les producteurs. Les bases? On chauffe le lait à 30°C dans une cuve, on emprésure, on laisse au repos pendant 45 mn à une heure pour ▪▪▪

1


2

3

4

1 et 2. Si la "recette" du fromage artisanal est quasiment la même, les différences se jouent sur des détails qui font toute la différence. **3.** Pas de troupeau sans chien ! **4.** Julien Lassalle, président de l'AOC, et lui-même producteur.

SALADE AUX FIGUES CARAMÉLISÉES ET FROMAGE DE BREBIS

Sucré salé

Préparation : 15 mn. Cuisson : 5 mn.
Pour 4 personnes :

- 8 figues (violettes de préférence)
- 100 g de fromage de brebis des Pyrénées
- 150 g de roquette ou autre salade
- 50 g de beurre
- 1 c. à soupe de cassonade
- 1/2 c. à soupe de miel
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- Le jus d'1/2 citron
- Sel et poivre du moulin

■ Nettoyez et essorez la salade et réservez-la au frais.
■ Rincez les figues sous l'eau froide et épongez-les dans du papier absorbant. Détaillez les figues en 3 dans le sens de la longueur.
■ Faites fondre à feu doux le beurre dans une grande poêle et déposez-y les tranches de figue. Saupoudrez avec la cassonade et arrosez de miel. Laissez cuire doucement 2 à 3 mn de chaque côté, en arrosant avec le jus de cuisson.
■ Détaillez le fromage en fines lamelles. Déposez quelques tranches de figues caramélisées dans des petites assiettes ainsi que quelques copeaux de fromage.
■ Récupérez le jus de cuisson des figues et mélangez-le avec l'huile d'olive, le jus de citron. Répartissez un peu de salade dans chaque assiette et arrosez avec un peu de sauce. Poivrez, salez et dégustez.

Notre conseil vin : un bugey rouge.

1. Le savoir-faire ancestral est toujours de mise chez les sœurs Lahitette.

2 et 3. Ici, les orties sont utilisées pour faciliter la fermentation et l'on trait les bêtes manuellement.

SABLÉS AU FROMAGE DE BREBIS ET CERISES NOIRES

À l'apéritif

Préparation : 10 mn + 1 h de repos. Cuisson : 15 mn. Pour 12 sablés :

■ 175 g de farine ■ 100 g de fromage de brebis ■ 80 g de beurre mou ■ 1 œuf ■ 1 c. à soupe d'huile d'olive ■ 2 grosses pincées de piment d'Espelette ■ 80 g de cerises noires

■ Râpez le fromage. Coupez le beurre en petits morceaux et laissez-le ramollir à température ambiante.

■ Dans un saladier, mélangez la farine, le fromage râpé et le piment d'Espelette. Ajoutez ensuite le beurre ramolli et travaillez la pâte du bout des doigts pour obtenir une consistance sableuse.

■ Ajoutez l'œuf entier et l'huile d'olive et travaillez jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Incorporez enfin les cerises noires lavées, dénoyautées et coupées en morceaux grossiers.

■ Formez une boule avec la pâte, enveloppez-la dans du film alimentaire et mettez au frais pendant 1 h. Préchauffez le four à 180°C.

■ Farinez le plan de travail et abaissez la pâte sur une épaisseur d'un bon centimètre. Découpez la pâte avec un emporte-pièce. Déposez les petits sablés sur une feuille de papier sulfurisé et faites cuire au four 15 mn.

Notre conseil vin : un patrimonio blanc.

1. La relève féminine est assurée ! **2.** Chez les Domengeus, on fabrique du fromage, de grand-mère en petit-fils. **3.** Pendant les 3 mois minimum d'affinage, les fromages sont régulièrement retournés.

■■■ que le caillage se fasse. Ensuite, on découpe le caillé (décaillage), le petit lait remonte alors à la surface. On chauffe le caillé à 38-39°C, tout en brassant à la main, de façon à séparer le futur fromage du petit lait. On laisse au repos 15 à 20 mn, le fromage se pose alors au fond de la cuve, que l'on ramasse ensuite après avoir évacué le petit lait.

Loin de la standardisation

On moule les fromages obtenus, protégés par une toile, avant de les retourner régulièrement jusqu'au lendemain. Démoulés, salés, les fromages commencent leur affinage sur des planches, et sont retournés tous les jours. Qu'est-ce qui fait la différence entre les producteurs ? La traite à la main plutôt qu'à la machine, le coup de main, la qualité du brassage, la précision et la durée de la chauffe, selon le caractère du lait du jour. Monique et Brigitte pratiquent un élevage naturel, quasi sentimental, auprès de chacune de ces brebis ou de ces chèvres qui ont toutes un petit nom et qu'elles reconnaissent sans erreur parmi plusieurs centaines. Sans l'afficher, elles travaillent en bio. Quand d'autres utilisent par exemple des ferments tout prêts, au risque d'une standardisation, elles misent sur les bactéries lactiques indigènes de leur terroir, naturellement présentes dans leur environnement. C'est ce qui fait l'originalité de leurs délicieux fromages qui, quinze jours ou trois semaines après leur fabrication, sont descendus à dos d'âne pour poursuivre leur affinage pendant trois ou quatre mois chez un affineur de la vallée. Dans le village de Gabas, Jacques Turon, à l'Auberge du Pic du Midi d'Ossau, assure, tous les deux jours, le ramassage des fromages de 25 producteurs pour les faire « mûrir » dans ses vieilles caves traditionnelles. Pendant quatre jours, il les sale à la main au sel de Salies de Béarn – « pas à la saumure, ça uniformise » –, les lave, les essuie, puis les tourne régulièrement. Au bout de trois mois d'affinage, les fromages sont prêts à être consommés. Où les trouver ? Sur un marché très local, bien sûr, mais aussi ailleurs, souvent sous l'appellation d'origine contrôlée ossau-iraty. Reste que cette AOC est loin de représenter la totalité des fromages de brebis des Pyrénées puisque, pour diverses raisons, de nombreux producteurs, béarnais notamment, refusent d'entrer dans son giron. Reste aussi que, comme toutes les AOC, elle rassemble et estampille des produits – en l'occurrence des fromages – de qualité assez diverses. Sous l'impulsion de gens comme Julien Lassalle, président de l'AOC et lui-même producteur de fromages de brebis dans le Béarn, des « progrès » sont néanmoins en cours avec entre autres une révision assez récente du cahier des charges vers encore plus d'exigence qualitative. À suivre… ❖

Bugey Le goûter c'est l'aimer !

Les vins du Bugey viennent d'obtenir la reconnaissance de l'AOC. Reste à conquérir la notoriété.

Texte Claudine Abitbol. Photos Laurent Séminel.

1. Haut perchées, certaines pentes escarpées limitent l'usage des machines. **2.** Au mois de juin, la vigne en fleur laisse échapper son parfum enivrant. **3.** Au fond des vallées, les villages sont en harmonie avec la nature montagneuse.

Qui connaît le Bugey? La question mérite d'être posée. Coincée entre Jura et Savoie, cette terre de transition, sans autoroute, sans rail, sans aéroport, a su briller à la faveur de Brillat-Savarin, le fameux gastronome né à Belley, sa capitale dans l'Ain. Encore aujourd'hui, on sait peu de chose sur ce pays montagneux, vrai terroir à vins, divisé en trois zones : Cerdon, Montagnieu et Belley. Les sols ? Des moraines glacières et des coteaux argilo-calcaires qui sont presque toujours situés sur de fortes pentes haut perchées et bien exposées. Souvent inaccessibles aux machines, les vignes font face aux falaises abruptes des monts finissants, noyées dans un écrin verdoyant de chênes, érables, acacias, où se réfugient chevreuils, écureuils, rapaces, couleuvres, papillons, mésanges bleues…
L'année 1958 a salué l'originalité des vins du Bugey alors reconnus « vin de qualité supérieure », AOVDQS, dans ce pays où les Romains pressaient déjà la treille. Depuis, rien. Des parcelles morcelées, peu visibles, des vins ignorés des restaurateurs, exceptée Lyon, la voisine. Voici la réalité du syndicat des vins du Bugey depuis vingt ans, dont le slogan dit tout : « Le Bugey, un vignoble secret à découvrir. » Pour autant, doit-il continuer à être ignoré par les amateurs? Ces bugeys rouges, blancs, rosés, fruités et désaltérants, des bulles insouciantes, vins de copains à prix imbattables.

Une jeune génération

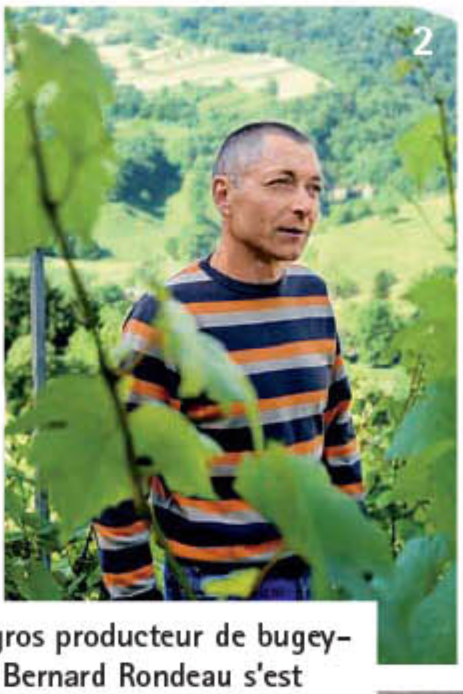
Printemps 2009 : le vignoble du Bugey décroche l'AOC, grâce au dynamisme de son jeune président Éric Angelot, à force de progrès qualitatifs d'une jeune génération formée à l'œnologie, à la viticulture comme Fabrice Gros (Domaine des Plantaz) ou Roland Bonnard, qui respecte les sols et la vigne. On peut citer Philippe Monin, défenseur du cru manicle ou Franck Peillot orfèvre du montagnieu. D'autres en reconversion bio comme Olivier Lelièvre ou Stéphane Trichon, d'autres encore équipés de chais ultramodernes comme Lingot-Martin ou Bernard Rondeau, de machines dernier cri, maîtrisant le froid par l'Inox thermo-régulé pour ■■■

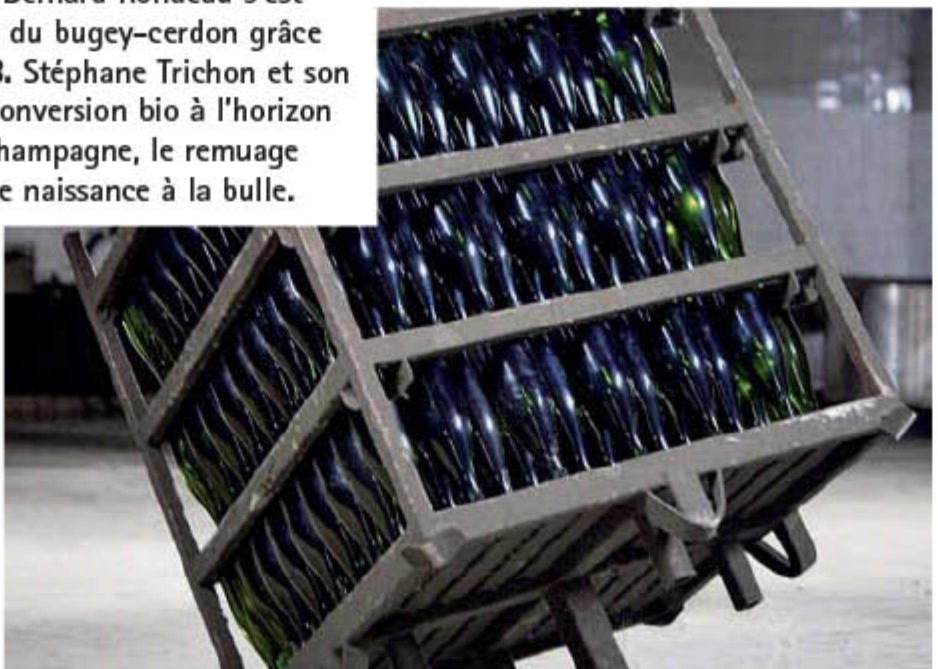
1. Le bugey-cerdon, autrefois boisson de réconfort. **2.** Éric Angelot, le nouveau président du Bugey, décroche enfin l'AOC. **3.** Avec son chien Virgil, Franck Peillot veille sur l'altesse, le cépage ancestral qui compose la roussette-de-montagnieu. **4.** Aux côtés de son père, Élie Renardat-Fache assure la relève ! **5.** Philippe Monin, roi du cru manicle. **6.** Montagnieu, un cru en pentes abruptes plongeantes vers le Rhône.

OLIVIER LELIÈVRE
Inventeur de bugey

Il n'est pas fils de vigneron mais sa famille est la vigne. Né en Anjou, il y a 37 ans, Olivier Lelièvre a posé ses valises récemment dans le Bugey face au Rhône qui serpente jusqu'au savoyard vin-de-seyssel. À plus de 500 m d'altitude, ses vignes, travaillées à la machine et à la main, bénéficient d'un panorama exceptionnel car là s'éteignent les monts du Jura et débutent ceux de Haute-Savoie. Un spectacle authentique qui colle parfaitement à la devise d'Olivier Lelièvre : « Être entier et faire les choses jusqu'au bout. » L'homme les réalise : reconstruire seul sa maison, parcourir 4 500 km à vélo par an, passer en mode « bio » dans sa tête et dans ses vignes (chardonnay, altesse, mondeuse, pinot noir…), « une éthique personnelle » née d'un parcours réfléchi. Après un diplôme d'ingénieur agricole à Angers et d'œnologue à Toulouse, il cherche à s'installer. « Un fils de vigneron a quelque chose qui l'attend. » Pas lui ! Il se cherche en Armagnac, dans les Corbières, en Anjou, dans le Muscadet, à Gaillac, en Savoie et trouve son horizon, ici, dans le Bugey. Les noms de ses cuvées parlent de cet écrin naturel auquel il rend hommage : Le Lièvre d'Automne, Octobre, Les Coccinelles, En Amour, Les vendangeuses, Arbane, XXL, Plaisir et Douceur de Soleyane, le nom de son domaine de 6 hectares. Soleyane, soleil en gascon, évoque aussi le versant sud de la montagne. N'étant pas d'ici, il invente ses bugeys, qui présentent une typicité un peu décalée par rapport au style local. Des vins qui reflètent pourtant bien ce terroir encore sauvage.

Le Lièvre d'Automne 2007 (chardonnay beurré et citronné, ample et frais), blanc à carafer, idéal avec viande blanche ou poisson. 6,70 €.
Domaine de Soleyane,
302, route du Chenay, 01300 Parves.
Tél. : 04.79.81.32.58.





1. Lingot-Martin, le plus gros producteur de bugey-cerdon. **2.** En dix ans, Bernard Rondeau s'est hissé parmi les meilleurs du bugey-cerdon grâce à ses vignes en altitude. **3.** Stéphane Trichon et son épouse Claire sont en reconversion bio à l'horizon 2011. **4.** Comme en Champagne, le remuage des bugeys bruts donne naissance à la bulle.

élaborer les blancs secs ou bruts, et le fameux bugey-cerdon d'Alain Renardat-Fache, porte-drapeau du vignoble. Un rosé pétillant, peu alcoolisé (7% à 8%), demi-sec (sucré), idéal avec le comté fruité que l'on produit ici, terre de polyculture et d'élevage comme en témoignent les cheptels multicolores dans les prés. Le cerdon, unique en France, une bulle fruitée issue d'un terroir d'altitude (frais) avec une tarte au sucre, spécialité cuite autrefois dans les fours banaux de nombreux petits villages fleuris formés de bâtisses imposantes en pierre, aux toits de lauze avec des extrémités en escalier. Reconnaissance du travail bien fait pour les deux seules appellations du Bugey, AOC bugey et AOC roussette-du-bugey, étiquetées dès le millésime 2009 (et leurs crus montagnieu, manicle, virieu-le-grand, cerdon). Simples sur le papier, elles cachent cependant une multitude de couleurs, de cépages et de typicités qui compliquent un peu les choses : des bugeys rouges et rosés de pinot noir, mondeuse, poulsard et gamay ; des bugeys blancs de chardonnay (accessoirement aligoté, jacquère, pinot gris et mondeuse blanche) ; des roussette-du-bugey (blanc) d'altesse ; des bugeys mousseux et pétillants en "méthode traditionnelle" ou "ancestrale", bruts ou rosés. Le Bugey a raison de se réjouir et fait le "V" de la victoire. Un "V" que forme visuellement le cours du Rhône qui ceinture exactement ce vignoble de 500 ha, que se partage une centaine de vignerons, dont trente indépendants (aucune cave coopérative) pour quelque 3,7 millions de bouteilles (une goutte dans l'Hexagone) vendues à 95% au niveau régional.

Et après ?

Pour autant, « ce qui manque au Bugey, c'est la notoriété », entend-on ici. Le vignoble compte bien la conquérir. D'ailleurs, les vignerons bugistes n'ont pas attendu l'AOC pour se mobiliser. Ils organisent régulièrement des portes ouvertes et participent à des salons de vin, ici et ailleurs (Belgique, Hollande), relayant ainsi les spécialités locales : miel d'acacia, truffes, cuisses de grenouille, poulet au montagnieu, sauces Nantua, truite, carpe de la Dombes, ramequin du Bugey (fromage), bleu de Gex, tartes aux oignons, à la noix… « Au moins, là-bas, ils n'ont pas de préjugés sur nos vins », entend-on, « vins de skieurs », « perforateurs d'estomac », etc. Certes, les vins du Bugey sont méconnus. Suffit alors de déboucher une bonne bouteille pour leur permettre de conquérir l'amateur dès la première gorgée…

BONNES TABLES

ROLLAND

Face au vieux lavoir, charmant hôtel-restaurant créé par la grand-mère de Guy Rolland. Plats régionaux : sandre, poulet au montagnieu, cuisses de grenouille à partir de 12,50 € le menu. Vins du cru.

Les Granges 01470 Montagnieu.
Tél. : 04.74.36.73.45. www.hotel-rolland.com
Fermé ven. soir et dim. soir.

AUBERGE DE LA FINE FOURCHETTE

Lustre italien monumental et, depuis la terrasse, vue imprenable sur un bras du Rhône. Gâteau d'aubergine, lieu jaune et désaltérantes bulles de montagnieu de Patrick Charlin. À partir de 23,50 € le menu. Service soigné.

RN 504 Virignin, 01300 Belley. Tél. : 04.79.81.59.33.
Fermé dim. soir et lun. toute la journée.

LA COUR DE RÉCRÉ

Joli restaurant-terrasse de produits du marché et déco sur le thème de l'école primaire, comme son nom l'indique. Menus 13 € (semaine)-27-30 €.

Quartier de la mairie, 01160 Saint-Martin-du-Mont.
Tél. : 04.74.35.58.53. Fermé lun. tte la journée, mar. et mer. soir, sam. midi.

LA VIEILLE CÔTE

Décor rustique pour cuisine fine de produits frais, élaborée par Line Ballan, élue chef de l'année 2009 pour sa région : crumble de sandre, gelée de cerdon, quenelles Nantua avec un pinot noir 2007, cuvée spéciale du Caveau Bugiste.

01450 Cerdon. Tél. : 04.74.39.96.86.
www.lavieillecote.com.
Fermé mar. et mer. toute la journée.

HÉBERGEMENT

AU SAINT JEAN

Des "chambres d'hôtes à la ville" ouvertes en 2006 par Martine Barbot qui aime chiner. Cinq larges chambres très confortables et bien décorées portent des noms fleuris (Camélia, Lilas…) comme le jardin où l'on prend son petit déjeuner l'été. À partir de 53 €.

92, rue Saint-Jean, 01300 Belley. Tél. : 04.79.81.55.27 ou 06.73.73.65.85. www.ausaintjean.com

LES CHAMBRES D'HÔTES DE BOSSERON

Entourée d'un parc naturel de 2 ha face au barrage qui retient l'eau vive du Rhône, comme en rêvait Annie Rivoire qui a décoré cette belle bâtisse de quatre chambres (La Romantique, La Coloniale…) rachetée par son mari Claude, il y a dix ans. 64 € la nuit et son petit déjeuner avec confitures maison (mûres du Bugey…).

325, route de Genève, Bosseron, 01160 Neuville-sur-Ain. Tél. : 04.74.37.77.06. arivoire.free.fr

DÉGUSTATION

MAISON ANGELOT
Bugey Extra Brut 2006

L'extra brut est une bulle non dosée (zéro sucre), rare parmi les effervescents abondamment produits dans le Bugey. Chardonnay aromatique, rond et souple comme l'a souhaité Eric Angelot, 3e génération de viticulteur et jeune président du syndicat des vins. Avec son frère Philippe, il exploite 28 ha, la plus grosse propriété de la zone de Belley. 8,50 €.
01300 Marignieu.
Tél. : 04.79.42.18.84.
www.maison-angelot.com

FRANCK PEILLOT
Bugey brut, Montagnieu, méthode traditionnelle

Montagnieu, un cru reconnu depuis 50 ans, situé sur les derniers contreforts argilo-calcaire du Jura, surplombant le Rhône en direction de Lyon. Franck Peillot, 5e génération, vendange à la main ses chardonnays, mondeuse et altesse qui composent cette cuvée. Une bulle parfumée (fleur blanche, pêche, amande, poivre) et rafraîchissante. 6,80 €.
Au Village, 01470 Montagnieu.
Tél. : 04.74.36.71.56.
franckpeillot@aol.com

DOMAINE TRICHON
Bugey 2006

En 2001, Stéphane prend la suite de son père Jean Trichon, volontaire et vrai. Avec son épouse Claire, le jeune vigneron entend bien faire perdurer cette authenticité familiale sur un terroir qui plonge à pic vers le Rhône, tout en actualisant la méthode avec la démarche bio entreprise. Un rouge rubis de pinot noir, fin, fruité et giboyeux. 5,25 €.
Le Poulet, 01680 Lhuis.
Tél. : 04.74.39.81.10.
www.domaine-trichon.fr

CELLIER LINGOT-MARTIN
Bugey-cerdon, cuvée réservée, méthode ancestrale

Ce rosé pétillant demi-sec (sucré) ne titre qu'à 8% du fait de la méthode ancestrale. Depuis 1970, cinq gérants-vignerons travaillent ensemble, actuellement 27 ha. Parmi les quatre cuvées produites, celui-ci est issu d'une sélection de parcelles 100% gamay (vignes âgées), d'où cette couleur rougeoyante aux fruits rouges intenses et équilibrés. 7,80 €.
ZA Sous la Côte Ménestruel, 01450 Poncin.
Tél. : 04.74.39.97.77.
www.lingot-martin.com

ALAIN RENARDAT-FACHE
Bugey-cerdon 2008, méthode ancestrale

Élie, 34 ans, 6e génération, élabore le cerdon familial depuis 10 ans aux côtés de son père, Alain Renardat-Fache, star en cerdon, porte-parole des 30 vignerons qui élaborent ce rosé pétillant demi-sec. Vin lumineux aux notes de cerise et de framboise. Son équilibre fait oublier ses sucres résiduels grâce à une belle vivacité. 6,30 €.
01450 Marignat.
Tél. : 04.74.39.97.19. cerdon.renardat-fache@wanadoo.fr

BERNARD RONDEAU
Bugey-cerdon, méthode ancestrale

Installés depuis dix ans, Bernard Rondeau et Marjorie ont su conquérir Alain Ducasse, le chef multi-étoilé qui a inscrit ce vin à sa carte. Originaire d'Anjou, il a trouvé son terroir d'adoption à quelque 450 mètres d'altitude sur 5 ha de parcelles pentues uniquement vendangées à la main. Un rose grenadine aux notes subtiles, crémeux et vif. 6 €.

Hameau de Cornelle, 01640 Boyeux-St-Jérôme.
Tél. : 04.74.37.12.34.
bernard.rondeau01@orange.fr

MAISON BONNARD FILS
Roussette-du-bugey, Montagnieu

L'AOC roussette-du-bugey, cru montagnieu, est un blanc sec toujours composé d'altesse, le cépage autochtone qui donne des vins expressifs dans leur minéralité et leur fraîcheur. Roland et son frère

Frédéric, perchés à 350 m d'altitude, élaborent depuis 1986 un vin gastronomique, net, frais et précis aux notes de fruits blancs. Félicitations aussi pour leurs rouges de mondeuse. 7,50 €.
Crept, 01470 Seillonnaz.
Tél. : 04.74.36.14.50.
bonnard.roland@wanadoo.fr

DOMAINE MONIN
Bugey 2006, Mondeuse Vieilles Vignes-Pérrailles

Philippe et Hubert ont repris la suite de leur père, Eugène Monin, une figure dans les années 50 qui a donné ses lettres de noblesse au cru manicle. Les vins Monin sont cousus main à l'image de leurs étiquettes ciselées. Cette mondeuse, cépage également savoyard, offre un rouge de belle facture, profond et élégant. 9 €.
Milieu du Village, 01350 Vongnes. Tél. : 04.79.87.92.33.
www.domaine-monin.fr

DOMAINE DES PLANTAZ
Roussette du Bugey 2007

Des écrits datant de 1699 enracinent la famille Gros, ici, à deux pas du cru manicle. Fabrice Gros, prend la suite de père Bruno, et vinifie seul depuis 2006. L'altesse bénéficie de beaux coteaux sur moraines glacières, biens drainés par l'argile parsemée de cailloux ronds. Un blanc sec parfumé qui ira vers le miel et le caramel au lait comme son 2004. 5 €.
Chavillieu, 01510 Pugieu.
Tél. : 04.79.81.47.48.
earlgrosfabrice@gmail.com

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

OFFRES SPÉCIALES LECTEURS

Club SAVEURS des amateurs de vins

Offre Club limitée au 30 novembre 2009 dans la limite des stocks disponibles

BOURGOGNE

CHÂTEAU CHASSELAS

SAINT VERAN « PREMIUM » MILLÉSIME 2006 VIN VIEILLI EN FÛTS DE CHÊNE GRANDS VINS DE BOURGOGNE

12 bouteilles :
Livraison au domicile offerte

159€ TTC *au lieu de* ~~179 €~~

« Une Sensation, Un Vin »

C'est au milieu de ses 7 hectares de vignes que se dresse le Château flanqué de ses trois tours principales. Riche d'une tradition viticole depuis plusieurs siècles, les propriétaires Jean Marc Veyron La Croix et Jacky Martinon perpétuent un savoir-faire dans le respect du terroir et de l'environnement.

Notre avis :

Vin très élégant aux notes de pain grillé et de boisé superposées à des arômes de fruits confits…Une belle longueur de bouche et un final remarquable…Agréable en apéritif, idéal sur viande blanche en sauce, homard, langouste et fromages de chèvres frais…A garder au minimum 5 ans….

SAINT EMILION

CHÂTEAU DU VIEUX-GUINOT

SAINT EMILION GRAND CRU 2005

12 bouteilles :
+ 9 % de remise
Pour 24 cols 362 € TTC
au lieu de ~~400~~ € TTC

192€ TTC *au lieu de* ~~211~~ €

« Innovation et tradition depuis 1729 »

En 1998 Hélène – fille cadette de la famille Rollet – prend la direction de ce vignoble Saint Emilionnais. Elle est la première femme de la famille à ce poste après 11 générations d'hommes.

Toujours à l'écoute des nouveautés, nous harmonisons innovation et tradition. La philosophie de notre vignoble est de produire des vins qui s'adaptent au goût des consommateurs sans jamais renier les typicités de notre terroir. Le vignoble familial s'étend sur 44 hectares répartis sur 4 Châteaux dont le fleuron de la propriété est le Château du Vieux Guinot (8 hectares).
Nous produisons des vins ronds et élégants magnifiés par un doux élevage en barrique.

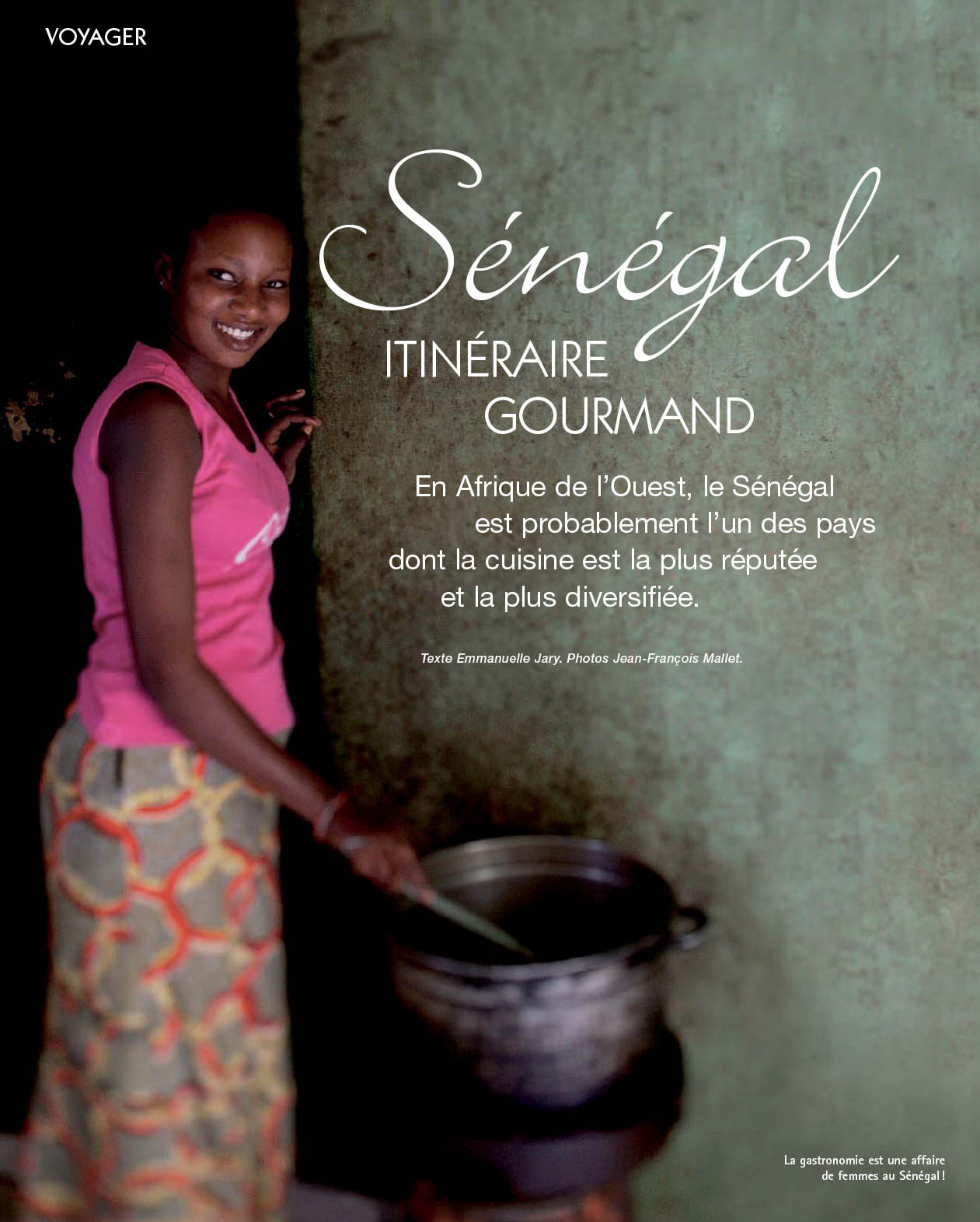
Hélène ROLLET

Château du Vieux Guinot 2005

70% de merlot 30% cabernet franc et cabernet sauvignon
Servie par un millésime 2005 remarquable, sa robe est d'un rouge rubis assez soutenu. Les notes subtiles de sous bois et de noyau de cerise évoluent vers des fragrances épicées et de fruits rouges sauvages qui envahissent le palais. Une bouche suave, une attaque ample, un milieu souple et rond, une finale élégante rehaussée par des tannins légèrement serrés trahissent un vin sur la retenue. Ce vin qui peut être bu dès maintenant sur des viandes rouges et du petit gibier possède un joli potentiel de garde.

Pour commander un N° vert gratuit :
0800 800 231

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.



Sénégal
ITINÉRAIRE GOURMAND

En Afrique de l'Ouest, le Sénégal est probablement l'un des pays dont la cuisine est la plus réputée et la plus diversifiée.

Texte Emmanuelle Jary. Photos Jean-François Mallet.

La gastronomie est une affaire de femmes au Sénégal !

Parmi les plats nationaux, le tieboudien, ou riz au poisson. On commence en pilant les herbes.

1. Livraison quotidienne de poissons et crustacés à la Résidence. **2.** Une danseuse en tenue traditionnelle, sur l'île de Gorée. **3.** Un travail ardu : le ramassage du sel.

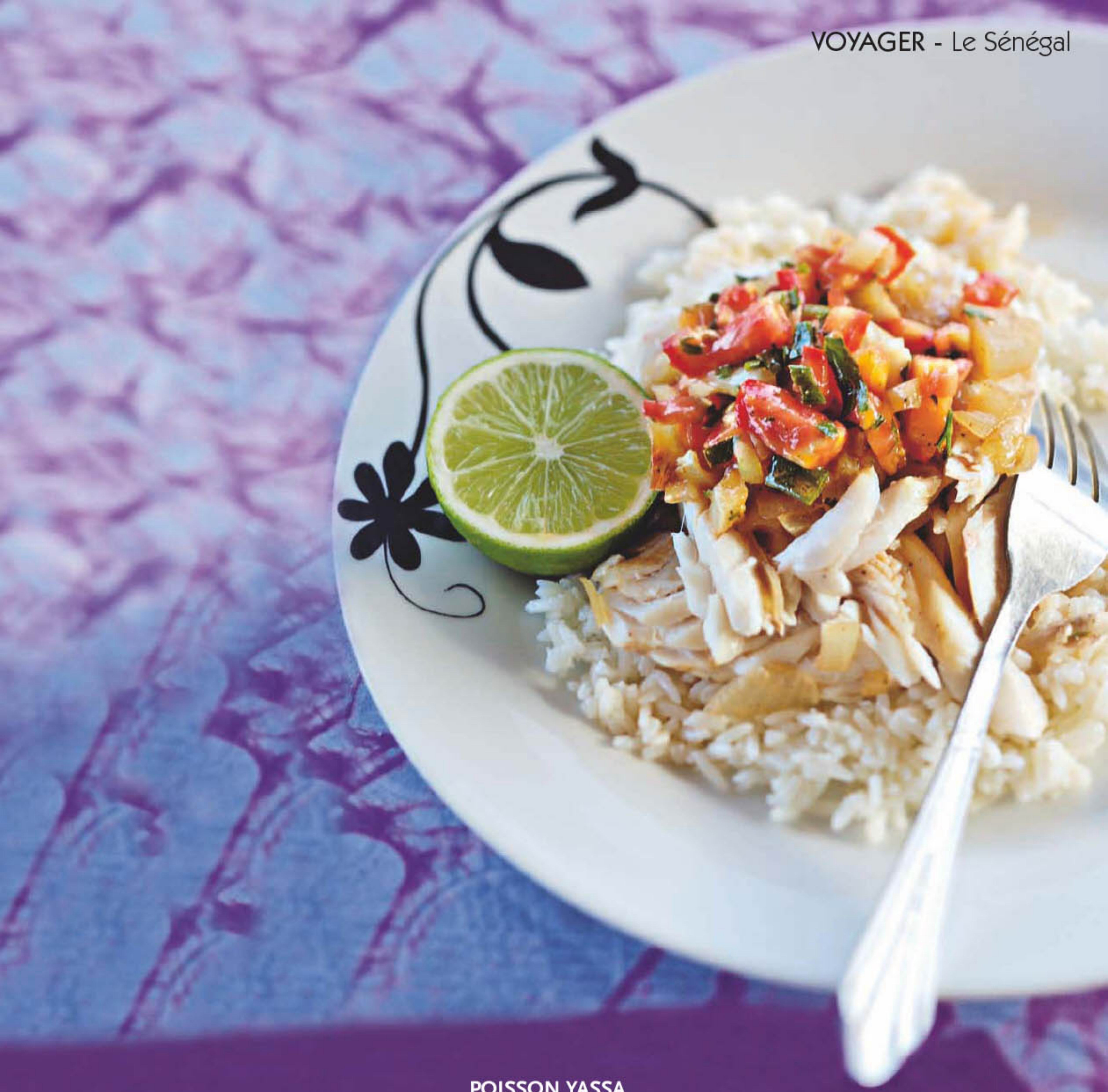
Avant de quitter l'hôtel, le lendemain de notre arrivée au Sénégal, nous avons changé quelques euros en francs CFA. La personne qui s'est occupée de la transaction nous demanda si l'on acceptait de changer un peu plus que prévu afin d'obtenir un compte rond. Elle ajouta : « On est trop fatigué avec la monnaie. » Cette remarque nous fit sourire. Bienvenu en Afrique, pensa-t-on.

Depuis l'Europe, l'Afrique est une entité comme si tous les comportements y étaient semblables. La colonisation a tracé des frontières qui ne correspondent pas à la réalité culturelle. L'Afrique est composée de nombreuses ethnies souvent réparties sur plusieurs pays mais ayant chacune leurs spécificités. Un voyage au Sénégal vous invite à la rencontre des Peuhls, des Sérères, des Toucouleurs, des Wolofs… À chaque culture, son mode de vie : les Peuhls étaient éleveurs et donc nomades, les Sérères, agriculteurs, les Toucouleurs, guerriers, et les Wolofs, marchands. Ceci explique peut-être que le wolof ait été largement diffusé et soit devenu la langue véhiculaire au Sénégal tandis que le français est la langue officielle, enseignée à l'école.

L'âme d'une ville

Outre la langue, la colonisation a laissé quelques autres traces, notamment architecturales. Après des heures de voyage sur une route approximative et monotone, bordée de maisons aux toits ondulés de tôle et tapissée par endroits de sacs plastiques, nous arrivons à Saint-Louis. Ancienne capitale de l'Afrique occidentale française, la ville a une âme. Nous nous y sentons immédiatement à l'aise, peut-être parce son agencement nous est familier, contrairement à celui des villages de cases : un quadrillage de rues, des maisons basses au toit de tuiles rouges ou bien hautes et surmontées d'une terrasse. Au centre de toutes les demeures, les cours intérieures sont des puits de lumière et de fraîcheur.

Toutes ces bâtisses parlent en silence. La narration est visuelle. Saint-Louis-du-Sénégal, ville de confins, a vu passer les siècles et les explorateurs. Mermoz et l'aéropostale ou ■■■



POISSON YASSA

Fraîcheur marine

Préparation : 30 mn + 2-3 h de marinade.
Cuisson : 25 mn. Pour 6/8 personnes :

■ 1 poisson de 1,5/2 kg (type daurade) ■ 8 petits oignons ■ 4 citrons verts ■ 6 c. à soupe d'huile d'arachide ■ 2 c. à soupe de moutarde ■ 2 piments séchés ■ 1 tomate et 2 branches de coriandre (facultatif) ■ Sel et poivre

■ Pressez les citrons verts. Mélangez la moutarde avec 4 c. d'huile d'arachide et le jus des citrons. Salez et poivrez.
■ Badigeonnez le poisson avec cette préparation. Laissez reposer 2 à 3 h au réfrigérateur.
■ Émincez les oignons. Mélangez-les dans un bol avec le reste de la marinade et laissez reposer au réfrigérateur.
■ Dans une cocotte, versez 2 c. à soupe d'huile d'arachide. Faites revenir les oignons et la marinade. Ajoutez les piments.
■ Lorsque les oignons commencent à ramollir, ajoutez le poisson et sa marinade.
■ Laissez cuire 15-20 mn à feu moyen, à couvert, en arrosant de temps en temps avec le jus de cuisson (ajoutez de l'eau si besoin).
■ Servez avec des brisures de riz (dans les épiceries exotiques) ou bien du riz, et des morceaux de tomates fraîches mélangées à de la coriandre hachée grossièrement.

Notre conseil vin : un vin-de-pays-des-portes-de-la-méditerranée.

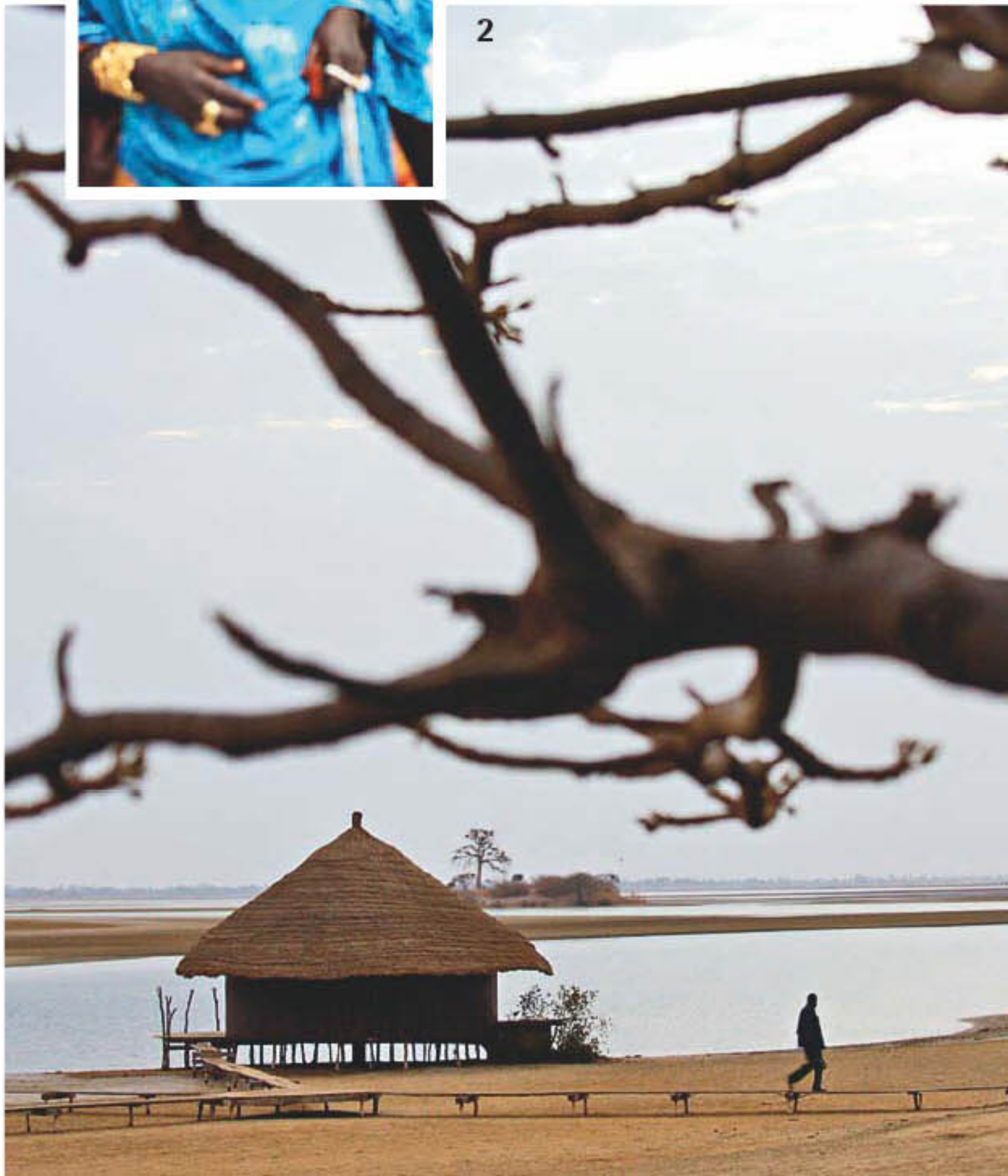
Les repas sont synonymes de partage. Au Sénégal, l'hospitalité porte un nom : *teranga*.

■■■ Pierre Loti qui écrit en 1881, « quand on a dépassé l'extrémité sud du Maroc, on suit pendant des jours et des nuits un interminable pays désolé. C'est le Sahara, la grande mer sans eau… Et puis enfin apparaît au-dessus des sables, une vieille cité blanche, plantée de rares palmiers jaunes. » Inscrite aujourd'hui au patrimoine mondial de l'Unesco, ce sont les touristes qui la visitent notamment pour ses à-côtés, la Langue de Barbarie, une bande de sable qui semble tanguer entre l'océan et le fleuve.

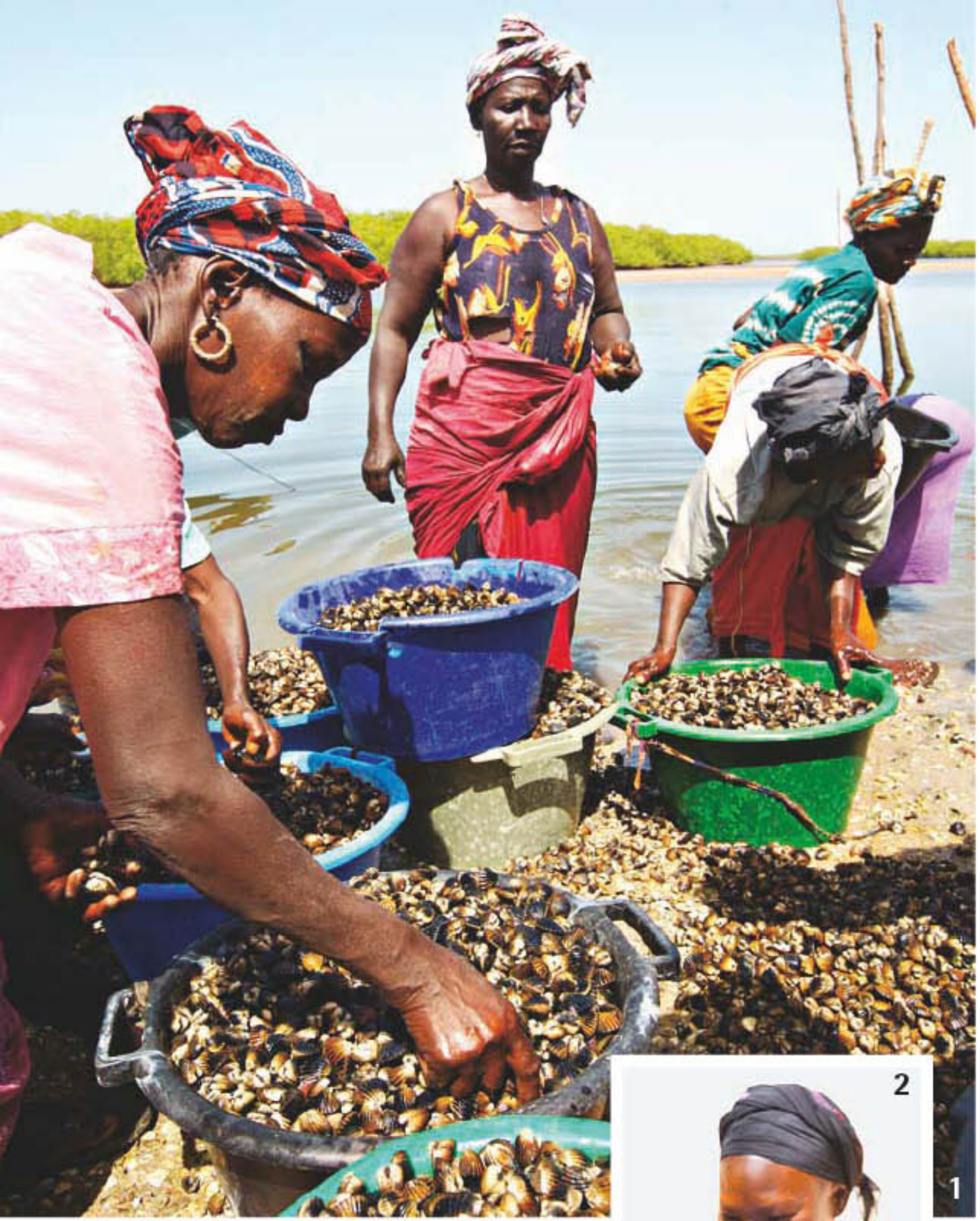
Le poisson plexiglas

Classé parc national, le lieu est connu pour ses richesses ornithologiques. Sous l'eau également, les pêcheurs y trouvent des trésors, les gambas tigrées, le capitaine du fleuve. Ce poisson nage aussi dans la mer, et devient le "capitaine plexiglas", un nom qui décrit son étrange tête translucide. Ils ont fait la richesse de la cuisine et celle des femmes de pêcheurs. À l'hôtel La Résidence, Aby Ndiaye, couverte de bijoux en or, a apporté les prises de son époux afin que le chef nous prépare un poisson farci à la saint-louisienne. Elle propose également une bassine de petites langoustes et de cigales que les propriétaires de l'hôtel nous invitent à partager le soir autour d'une brazérade – un petit barbecue de table au feu de bois. L'hospitalité n'est pas un vain mot au Sénégal, elle porte un nom, la *teranga*. Les repas se partagent mais aussi le thé à toute heure de la journée, proposé en trois services. Il n'y a pas de lieu pour cela. Un salon ou une pause sur la route qui nous emmène dans le Sine Saloum. Du moment qu'on puisse poser la théière quelque part.
Situé au sud de Dakar et au nord de la Gambie – ce pays tout en longueur coupe le Sénégal en deux – le Sine Saloum est une région de lagune et de delta, où l'eau s'immisce dans la terre. De nombreux villages se sont construits le long des bolongs, les bras de fleuve où pousse la mangrove. Dans le village de Moundé, un apiculteur vend du miel de palétuvier. Ces arbres servent également de support à de petites huîtres que les femmes ramassent, tout comme les coques qu'elles fument ensuite avec du ■■■

1

2


1. Les femmes de pêcheurs, parées de leurs bijoux en or, se retrouvent sur le marché. **2.** Les fameux *bolongs*, ces bras de mer qui s'enfoncent dans les terres.



1. Le long des mangroves, les femmes récoltent des coques. **2.** Une cuisinière à la recherche d'inspiration ! **3.** Au Sénégal, on cuit les huîtres.

bois mort de palétuvier – protégé, il est interdit d'en couper les branches.
Les crustacés et les poissons sont la base de la cuisine du Sénégal. En bordure de lagune, les collines de Niassam sont des « amas coquillés ». Au fil des siècles, des monts de coquillages se sont formés témoignant de la grande consommation qu'en faisaient autrefois les habitants de cette région entre terre et mer.

L'arbre qui a poussé à l'envers

À l'heure où la lumière est entre chien et loup, le long de la route qui se perd dans l'immensité plane du Sine Saloum, seulement animée par les ombres de baobabs, ces arbres dont on dit qu'ils ont poussé à l'envers, les racines vers le ciel, nous croisons une procession lente de zébus. L'animal est élevé notamment pour sa viande qu'on consomme grillée. Si la cuisine sénégalaise s'inspire plutôt de la mer, le yassa, un des trois plats nationaux avec le tieboudien et le mafé (plat à base de pâte d'arachide), est souvent préparé avec du poulet qu'on appelle bicyclette quand il est élevé en plein air. Plus rarement mais tout aussi savoureusement, on déguste de la soupe de gombo à l'huile de palme avec des crevettes ou du crabe, du couscous de mil, du pain de singe, fruit du baobab, des jus de bissap, des pastels (petits beignets farcis au poisson) achetés en bordure de route. C'est en sillonnant les chemins, en s'arrêtant dans les villages peulhs comme Gue Laka, en naviguant vers les grandes îles, Gorée, Ngor ou celles plus petites du Sine Saloum, que l'on découvre le vrai goût du Sénégal. ❖

ITINÉRAIRES

Terre Autentik propose un circuit alliant la découverte de la cuisine sénégalaise, des traditions culinaires et une plongée dans les plus beaux paysages du pays. La mythique île de Gorée, Saint-Louis la coloniale, le village de pêcheurs de M'bour ou encore le Sine Saloum et ses bolongs. Un itinéraire mêlant nature, culture et gastronomie. Vous aurez l'occasion d'élaborer les plats typiques, de goûter aux spécialités de la cuisine sénégalaise et de découvrir la préparation des produits locaux. Vous serez logés dans des hébergements de charme durant cet itinéraire haut en couleur et en parfum.

POISSON À LA SAINT-LOUISIENNE

Original et bon

Préparation : 20 mn. Cuisson : 40 mn. Pour 6 personnes :

- 1 mulet (de 1,5 à 2 kg)
- 2 c. à soupe de persil plat haché
- 2 oignons blancs
- 1/2 c. à café de piment en poudre
- 2 c. à café de crème fraîche
- 80 g de petites crevettes
- Sel, poivre
- Un peu d'huile

- Ouvrez le poisson. Ôtez l'arête centrale. Prélevez la chair du poisson en veillant à ne pas déchirer la peau.
- Pelez les oignons. Mixez tous les ingrédients ensemble, sauf l'huile, dans un robot avec la chair du poisson.
- Farcissez le poisson en lui redonnant sa forme initiale.
- Disposez le mulet dans un plat allant au four, et badigeonnez d'huile.
- Faites cuire à 200°C, pendant 40 mn env.
- Dégustez avec des tomates cuites au four par exemple.

Notre conseil vin : un vin du Jura L'Étoile, en blanc.

Scène de la vie quotidienne dans la brousse.

PRATIQUE

Y aller

■ Terre Autentik : ce voyagiste spécialiste du Sénégal et aussi du Cap-Vert, de Cuba, de la Polynésie et de Madagascar… propose une approche différente de chaque pays. Que ce soit en groupe ou en voyage individuel, Terre Autentik monte des circuits thématiques adaptés à la destination choisie. Les spécialistes sont à votre écoute pour concevoir votre voyage sur mesure. Circuit "Cultures et saveurs du Sénégal", 8j/7n, à partir de 1 850 € TTC. www.terreautentik.com ou au 01.53.20.08.83.

■ Tap Portugal assure un vol quotidien au départ de Paris, Lyon, Marseille, Nice et Toulouse. À partir de 573 € en classe économique et 1 898 € en classe affaires TTC. Réservations au 0820.319.320 ou www.flytap.fr

À savoir

Change : 1 € = 655 francs CFA. 2 h de décalage en moins par rapport à la France en été.

LES HÔTELS

✔ Hôtel La Résidence

159, rue Blaise-Diagne, Saint-Louis.
Tél. : 00.221.33 961.12.60. www.hoteldelaresidence.com

C'est un vrai coup de cœur que cet hôtel au charme d'antan, tenu par un couple franco-sénégalais formidable, qui connaît le pays en profondeur et en parle avec une vraie intelligence. Il règne dans cet hôtel une atmosphère de gaieté et de partage. La cuisine est remarquable. Le service est exceptionnel de sourire et de gentillesse. Salade de fromage de chèvre peulh, poisson en papillote ou tatin de mangues. À ne pas manquer : dîner « brazérade » en terrasse sur réservation. Chambre à partir de 55 €.

Tama Lodge

Avenue de la mer, Plage des cocotiers, Mbour.
Tél. : 00.221.33.957.00.40. www.tamalodge.com

En bordure de plage, l'hôtel propose de belles cases disposant de tout le confort souhaité. Le propriétaire, amateur d'art africain, a disposé de nombreuses sculptures sur la plage et dans les chambres. Restaurant de grillades. À partir de 55 €/pers. avec le petit déjeuner.

Souimanga Lodge

Fimela. Tél. : 00.221.776.387.601.
www.souimanga-lodge.com

De luxueux bungalows situés dans un magnifique jardin de fleurs d'hibiscus et d'arbres à cajou. Cuisine étudiée et possibilité d'organiser une sortie en pirogue dans les bolongs avec pique-nique. Piscine, air conditionné. 122 €/pers.

Océan & Savane

Île de Gandiol- Saint-Louis. Tél. : 00.221.77.637.47.90.

Entre le fleuve Sénégal et l'océan Atlantique sur la langue de Barbarie, un campement de tentes maures et de deux cabanons sur pilotis avec terrasse et vue sur le fleuve. À partir de 25 €/pers.

Lodge des Collines de Niassam

Palmarin Ngallou. Tél. : 00.221.77.639.06.39.
www.niassam.com

D'abord il y a le cadre : au bout de la piste, en bordure de lagune. Ensuite il y a l'idée : des bungalows posés au bord de l'eau, accrochés dans les branches de baobabs ou plus ancrés dans la terre. Enfin il y a l'esprit, le supplément d'âme : faire travailler les gens du village, favoriser le commerce équitable et préserver l'environnement. À cela s'ajoute une cuisine remarquable de femmes, élaborée avec des produits locaux et des idées métissées. Piscine. Multiples activités. À noter pour les fins de soirée ou les après-midis lascifs, une chouette bibliothèque où l'on trouve *l'Afrique fantôme,* de Michel Leiris. À partir de 90 €/pers. en demi-pension.

LES TABLES

Hostellerie du Chevalier de Boufflers

Île de Gorée, Dakar. Tél. : 00.221.33.822.53.64.

Repris depuis quelques mois par un couple de Français installé depuis fort longtemps en Afrique de l'Ouest, le restaurant propose des plats traditionnels sénégalais. Bon espadon fumé. À l'avenir, le propriétaire souhaite élargir sa carte et proposer une cuisine teintée de saveurs européennes.

Chez Seck

île de Ngor. Tél. : 00.221.77.647.81.66.

Excellent restaurant de poissons grillés (langouste, cigale, gambas…) ou de plats sénégalais comme le poulet ou le poisson yassa. Grande fraîcheur des produits avec vue sur la mer et Dakar en face. Possibilité de louer des chambres ou des maisons.

Galaxie

265, rue Abdoulaye-Seck-M.Parsine, Saint-Louis Nord.
Tél. : 00.221.33.961. 24.68.

Très bon restaurant de cuisine traditionnelle. Le tieboudien est excellent ainsi que le poulet yassa. On devine que toute la carte est d'égale qualité. Cadre simple. Accueil sympathique.

Et aussi

Nous n'avons pas testé mais de source sûre, on nous a dit qu'à la pointe des Almadies, à Dakar, se trouvent de petits cabanons proposant des dégustations d'huîtres de palétuviers. Les femmes font également griller quelques poissons et fruits de mer.

ZOOM

■ ***Maïnouna Piron***
200, rue Paul-Holle, Saint-Louis Nord. Tél. : 00.221.77.546.84.22.
Pour ses poissons fumés…

■ ***Ne manquez pas la journée en pirogue*** pour aller visiter le village de Moundé et sa production de miel et de crustacés (coques, huîtres) séchés (rens. au Souimanga Lodge).

■ ***Visitez un village peulh,*** ses ateliers d'artisanat, sa fromagerie et assistez à la préparation du tieboudien qu'on vous invitera probablement à partager à l'heure du déjeuner (rens. à l'hôtel La Résidence).

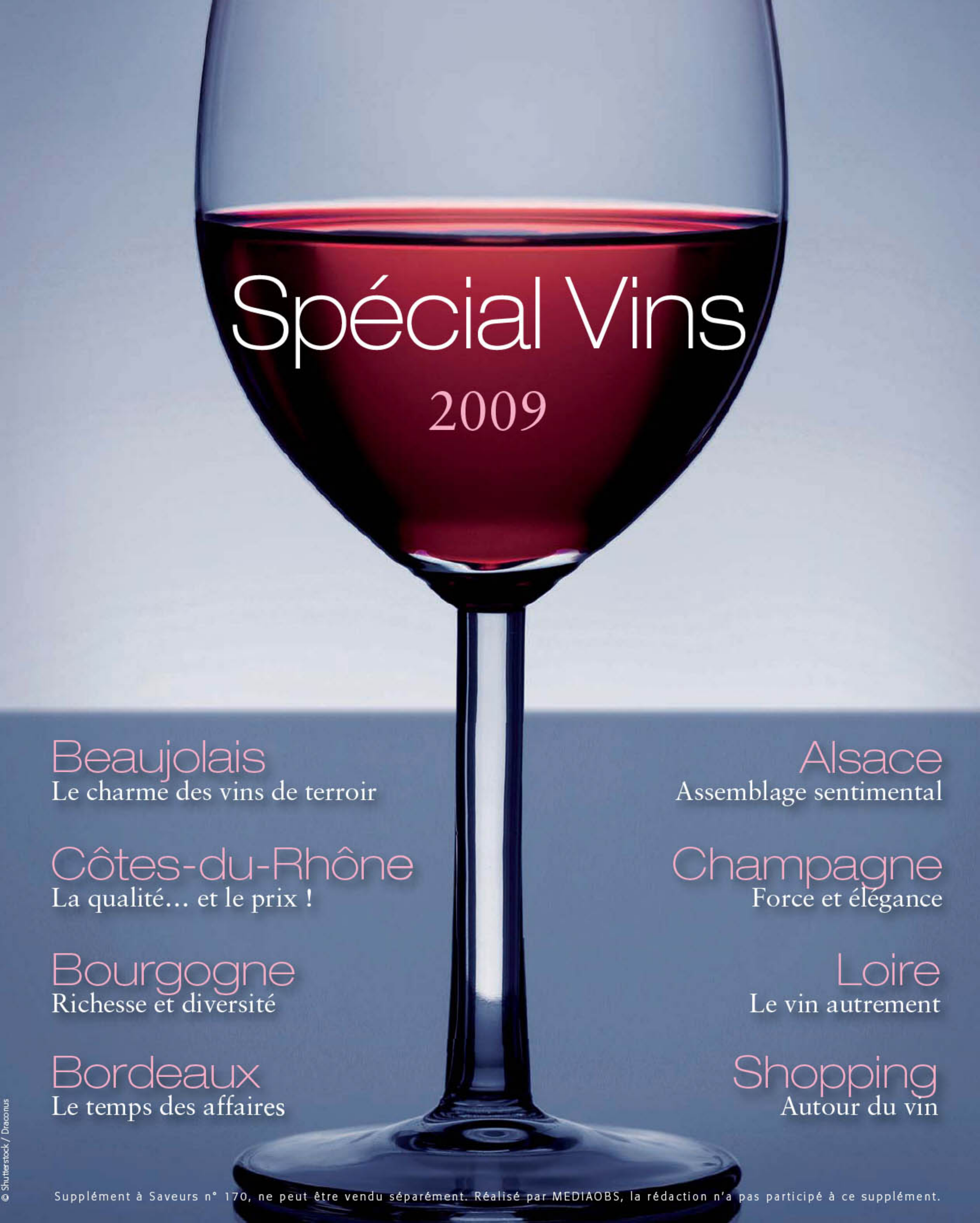
■ Si vous restez une journée à Dakar, ne manquez pas la visite de son marché. Enfin renseignez-vous sur les tournois de lutte que l'on peut trouver dans différents villages. À ne pas manquer.

■ ***Naaj, art de la table***
66, rue St-Michel (croisement Félix-Faure), Dakar. Tél. : 634.03.26.
Jolies assiettes en verre, peintes de motifs évoquant la vie sénégalaise. En France, on trouve ces assiettes et de nombreux autres objets « art de la table » sénégalais chez CSAO (9 bis, rue Elzévir, 75004 Paris).

■ Plusieurs excursions sont possibles à partir des hôtels que nous vous proposons ci-contre.

On prend pension à l'hôtel La Résidence.

Grillades sur la plage au Tama Lodge.



Spécial Vins

2009

Beaujolais
Le charme des vins de terroir

Côtes-du-Rhône
La qualité… et le prix !

Bourgogne
Richesse et diversité

Bordeaux
Le temps des affaires

Alsace
Assemblage sentimental

Champagne
Force et élégance

Loire
Le vin autrement

Shopping
Autour du vin

© Shutterstock / Draconus

Supplément à Saveurs n° 170, ne peut être vendu séparément. Réalisé par MEDIAOBS, la rédaction n'a pas participé à ce supplément.

Les crus sont l'avenir
du Beaujolais

L'océan de beaujolais nouveau cache parfois un horizon moins médiatique mais très existant pour l'amateur de vins gourmands. Il est temps de retrouver le goût des grands beaujolais : morgon, juliénas, moulin-à-vent et tous les autres…

© Shutterstock / Andreas G. Karelias

Le troisième jeudi de novembre est devenu une fête planétaire. Le beaujolais nouveau déboule sur les comptoirs, sur les linéaires et dans les verres des amateurs. L'événement est de taille, le plus important du monde vinicole. Chaque année, les aficionados du gamay se livrent à un joyeux sport : dégoter la bonne bouteille, celle qui exprime les arômes primaires (ce n'est pas un défaut, c'est juste le caractère des vins nouveaux que l'on boit sur leurs fruits) les plus justes, les plus frais. Mais pour noble que soit cette discipline, elle ne doit pas détourner les vrais gourmands des crus de Beaujolais.

À Morgon, Fleurie, Saint-Amour, comme sur les sept autres crus, toute une génération de vignerons s'emploie à produire des vins de haute gourmandise. Beaucoup, désormais, suivent l'exemple de Marcel Lapierre, qui fut le premier à systématiser une approche naturel des sols et de la vinification. Faire du gamay un vin de terroir à part entière, qui garde toujours une expression de fruit gourmande, mais qui se charge aussi des spécificités minérales de chaque région, voilà le sens de leur travail. L'interprofession, qui vient de fêter son cinquantenaire, axe depuis près de deux ans sa communication sur le renouveau de ces dix crus. Et cela commence à porter ses fruits, les ventes ont augmenté dans la grande distribution. C'est un signe qui ne trompe pas !

Certains vignerons et non des moindre ont également décidé de prendre leur destin en main. Il y a un peu plus d'un an, quinze d'entre eux ont fondé « Expressions d'origine » pour porter un message différent auprès du public. Parmi les membres de cette association, on retrouve les noms les plus connus de l'appellation : domaine Marcel-Lapierre, domaine du Vissoux, domaine des Terres dorées, domaine Dominique-Piron, château de Chaize, château de Thivin… Ce sont les plus célèbres et ce n'est pas un hasard. L'idée est d'utiliser l'audience que les médias leur accordent déjà pour valoriser l'ensemble des crus du beaujolais. «Pour nous, les beaujolais ne sont pas seulement des vins fruités et gouleyants, ils expriment des terroirs avec des personnalités et des styles différents », explique Dominique Piron président du groupement. Et chacun de prendre son bâton de pèlerin en main et d'aller à l'étranger vanter l'excellence des dix crus. La route sera longue, mais elle est droite… Du moins, on l'espère. En attendant, les vrais amateurs de vins savent qu'en Beaujolais, le gamay offre des plaisirs rares, rejoignez-les sans crainte !

Claude-Emmanuelle Desvignes

Morgon de cœur !

Avec son frère Louis-Benoît, elle dirige avec passion le domaine familial : « Nous avons changé les anciennes méthodes, nous labourons, notre approche est plus naturelle.» Militante de la qualité, les vins du domaine sont dans le trio de tête de l'appellation. Claude-Marie Desvignes se désole de la désaffection des jeunes pour les propriétés de leurs parents : « Quand j'étais à l'école pour apprendre mon métier nous étions 35 par classe, ils sont moitié moins aujourd'hui. Je sais que c'est dur de reprendre un domaine, surtout si les anciens vendaient leurs vins au négoce. Relever un terroir, faire des vins de qualité tout en développant un réseau commercial inexistant, c'est quasiment mission impossible ! »

© D.R.

Sélection …

Domaine du Vissoux
Fleurie
2007
13 euros

Voilà du plaisir en bouteille, les vins du domaine ont une grâce exquise, fraîcheur, élégance, gourmandise du fruit. Mais il y a aussi de la chair, de la matière. Bref, on ne se lasse pas de ce vin au charme puissant.
Accord : saucisson lyonnais pistaché.

Michel Tête
Saint-Amour
2005
Moins de 8 euros

Un grand millésime, un nez aux arômes de cassis, rehaussé d'une pointe de réglisse, il est en pleine maturité. Les saint-amour du domaine ont généralement une garde de trois à cinq ans.
Accord : un poulet fermier rôti, chips de céleri.

Georges Dubœuf
Moulin-à-Vent
Prestiges
2005
Moins de 7 euros

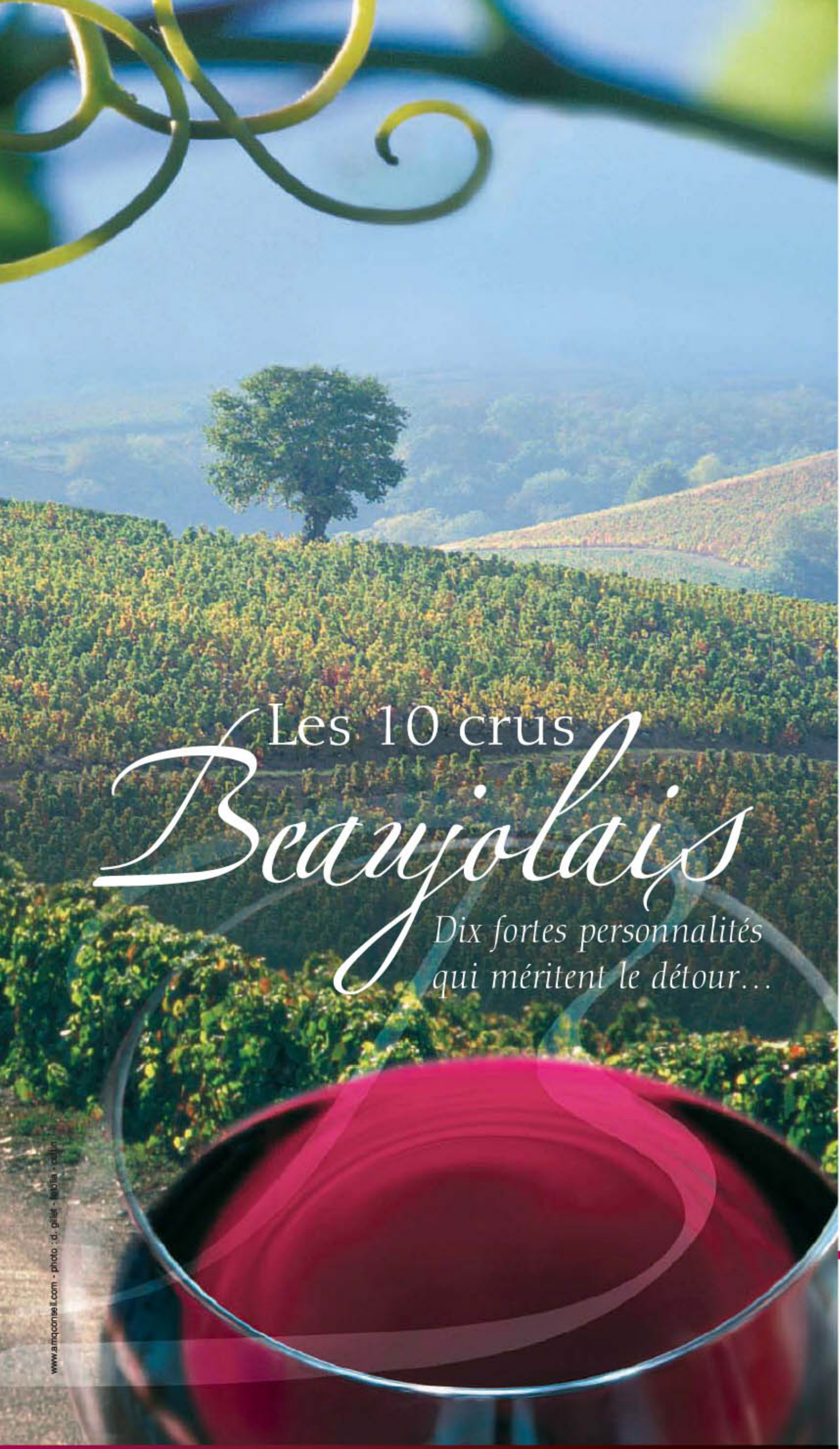
Les cuvées prestiges sont toujours très réussies, et le moulin-à-vent particulièrement. La maison Dubœuf est implantée ici, dans le village… Très belle matière pour ce 2005 structuré, vin franc, plein de ses arômes.
Accord : rognon de veau purée de pomme de terre au thym.

Domaine Trenel
Juliénas
2007
Moins de 8 euros

Encore un vin qui fait honneur à son terroir. De la puissance, de la chair et du croquant. Des fruits profonds, bien mûrs, des notes un peu fumées également.
Accord : une fricassée d'onglet d'agneau, pommes soufflées.

Domaine Louis-Claude Desvignes
Morgon Côte du Py
2007
Environ de 8 euros

Une très belle bouteille avec de l'ampleur, de la profondeur, le tout sur une matière tendue, nerveuse. De splendides arômes de fruits rouges, nuancés d'une légère touche florale de pivoine.
Accord : tourte de ris de veau et morilles.



BROUILLY

CHÉNAS

CHIROUBLES

CÔTE-DE-BROUILLY

FLEURIE

JULIÉNAS

MORGON

MOULIN À VENT

RÉGNIÉ

SAINT-AMOUR

BEAUJOLAIS
WWW.BEAUJOLAIS.COM

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. CONSOMMEZ AVEC MODÉRATION.

Côtes-du-Rhône
Valeur refuge

Grâce à un rapport qualité prix très intéressant, l'appellation côtes-du-rhône a le vent en poupe.

Ils reflètent la diversité des terroirs, ils sont parfois légers et fruités, parfois corsés et puissants. Les rouges sont dominants, mais la découverte des blancs réserve de très belles surprises, et à un moindre degré, celle des rosés également.

© Shutterstock / PHB.cz (Richard Semik)

Leur rapport qualité prix n'est plus à vanter, et ce positionnement sympathique fait aujourd'hui leur succès. En 2008, les côtes-du-rhône ont connu une progression de 4,2% en grande distribution. Les consommateurs font le choix de la qualité au meilleur prix. Comment leur en vouloir…

Mais les vins de côtes-du-rhône, ce sont également des crus prestigieux. Ils sont au nombre de quinze avec, du nord au sud : château-grillet, côte rôtie, condrieu, cornas, crozes-hermitage, hermitage, saint-joseph, saint-peray, châteauneuf-du-pape, gigondas, lirac, tavel, vacqueyras et les vins doux naturels de beaume de venise et de rasteau.

Château-Grillet produit l'un des plus grands blancs de France. Son originalité est si marquante qu'une AOC lui a été consacrée en 1936. Avec quatre hectares de superficie, ce terroir lilliputien produit seulement 10 000 bouteilles par an. Les chanceux qui se procureront quelques flacons découvriront un vin au bouquet floral qui se parfumera avec le temps, de miel, de pêche et d'abricot. Un omble chevalier et son jus crémeux contribueront à un accord majeur.

Si l'on connaît sans doute bien les crozes-hermitages, avec des producteurs vedettes comme Alain Grayot qui élabore un vin d'un allant et d'une fraîcheur remarquables, aux fruits très précis, très gourmands, on a moins souvent l'occasion de goûter les blancs et les rouges de l'appellation hermitage.

En arrivant au pied de la colline de l'Hermitage, le paysage offre un spectacle peu commun : les vignes enserrent les flancs abrupts du promontoire et l'on pourrait songer à une coiffe soigneusement tressée tombant sur les épaules d'une élégante.

Le terroir dit des Bessards est le terroir majuscule pour les rouges. La maison Delas, notamment, possède là quelques très belles vignes qui donnent un vin puissant, plein de fougue, long et profondément savoureux.

Les blancs naissent avec plus de bonheur à l'est de cette colline enchantée. Le domaine Jean-Louis Chave est passé maître dans l'art d'apprivoiser les jus qui – tout en livrant leur force intrinsèque – ne perdent rien de la finesse des fruits et des notes miellées qui accompagnent généralement la dégustation des blancs de l'appellation. ■

Christian Paly

Tavel respire !

Ils ont retenu leur souffle dans l'attente de la décision de la Commission de Bruxelles sur l'autorisation, ou non, du coupage des vins rosés. Aujourd'hui, ils respirent, l'assemblage n'est pas permis : « Et c'est heureux », insiste Christian Paly, président d'Inter-Rhône et de la Cave des vignerons de Tavel. « Nous savons tous que l'on ne fait pas de bons vins rosés en mélangeant des rouges et des blancs. Nous avons communiqué et nous avons travaillé dans nos vignes et dans nos chais, pour montrer aux consommateurs que le rosé était un vin à part entière. L'autorisation de coupage aurait eu une influence négative, elle aurait pu briser l'engouement actuel pour les vins rosés. Ce n'est pas le cas, nous nous en réjouissons. »

© D.R.

Sélection …

Domaine Chapoutier
Cornas
Les Arènes
2007

25 euros

Fantastique matière, douce et puissante. De la longueur en bouche, des fruits très mûrs, du bel ouvrage, comme sur l'ensemble des vins de la maison. Arômes de fruits noirs, touche épicée, des tannins denses et déjà soyeux.
Accord : une daube de taureau provençale.

Pic et Chapoutier
Saint-Peray
2007

12 euros

Ce vin à une histoire, celle de l'amitié entre les familles Chapoutier et Pic. Produit sur une vigne qui appartenait à l'arrière grand-père d'Anne-Sophie Pic (3 étoiles Michelin). De la fraîcheur et des agrumes, une minéralité avenante.
Accord : suprême de volaille, coulis de mangue.

Domaine Texier
Chateauneuf du Pape
2006

Moins de 30 euros

Couleur profonde, rubis, intenses arômes de fruits rouges, d'épices (poivre blanc, cardamome) et de garrigue. Vin dense, structuré, avec des tannins mûrs lui permettant de développer sur 5 à 10 ans ses arômes de garrigue et cuir.
Accord : une joue de bœuf au caramel balsamique.

Minervois la Livinière
Clos Centeilles
2001

N.C.

De la maturité, un registre complexe où le fruit reste toujours présent, les épices sont évidemment au rendez-vous, comme les notes fumées. Un équilibre fastueux, beaucoup de plaisir.
Accord : carré de sanglier rôti, chutney de tomate et gingembre.

Château de Bellet
Baron G
2007

22 euros

Le cépage Rolle fait merveille dans cette cuvée ample et profonde. Le boisé est présent mais s'équilibre avec une matière riche. On découvrira des notes d'abricot, de violette, de fruits blancs.
Accord : un loup au fenouil.

Tour du Languedoc !

De Montpellier à Perpignan, l'amateur de vin n'a pas fini de découvrir des trésors. Si l'on voyage non loin de Montpellier, les coteaux du Languedoc offrent leur succession de collines blanches et rocailleuses couvertes d'un maquis vert sombre. C'est dans les combes, dans les vallées protégées du soleil et qui reçoivent la nuit les visites des vents maritimes, source de fraîcheur, que viennent les plus belles réussites. C'est le cas des vins du Mas Bruguière, à Valflaunès, dominé par les murailles hautaines du Pic Saint-Loup. La cuvée La Grenadière mérite d'être attendue quelques années pour livrer toute sa plénitude, les tannins seront alors bien fondus et les notes fumées, torréfiées, s'épanouiront pleinement. Au château Saint-Martin-de-la-Garrigue, les blancs sont souvent très réussis. La cuvée Tradition (cépage terret et roussanne) offre des saveurs de pamplemousse, d'ananas, d'abricot, belle explosion fruitée dans un ensemble ample et charnu, très peu de bois, et voilà tout !
Poussons la visite sur les terres de Saint-Chinian. Moins de calcaire et plus de schistes comme sur le domaine Borie-la-Vitarèle qui propose une cuvée « Les Schistes » puissante et aromatique aux notes fumées et animales. Un domaine en biodynamie où le plus grand soin est apporté à chaque étape, de la vigne au chai.

© Shutterstock / newphotoservice

En minervois la Livinière il est indispensable de goûter les vins du clos Centeilles. Ici, on taille la vigne en lyre. Le double plan de palissage offre une meilleure exposition du système foliaire et des grappes de raisin au soleil. Les baies se gorgent alors d'un jus plus riche. On produit des vins solides sur ce terroir, qui n'ont pas peur d'affronter une décennie de garde. Il sera tout aussi recommandé de découvrir, si ce n'est pas encore fait, les vins du domaine Borie-de-Maurel. Dès les vins d'entrée de gamme, on se régale, mais avec la cuvée Sylla, on entre dans un autre registre, celui des vins complexes et voluptueux.
Poussons plus loin encore et insistons sur la région des côtes de Thongue. Le domaine de l'Arjolle, situé sur la commune de Pouzolles, offre de beaux exemples des vins que l'on produit ici. La cuvée Equinoxe, en blanc, est un vin d'une puissance aromatique saisissante, l'assemblage du viognier, du sauvignon et du muscat n'est pas étranger à cette petite bombe de séduction. Le périple touche à sa fin, reposez-vous à l'ombre des premiers contrefort des Pyrénées. Vous l'avez bien mérité… ■

Domaine Les Béates Coteaux d'Aix
Blanc - cuvée Les Béatines 2008

6,50 euros

Sur la commune de Lambesc, le domaine produit un blanc aux arômes prononcés d'agrumes et de fleurs blanches. Là encore, les vignes sont conduites en biodynamie.
Accord : nage de petits coquillages safranés, rougets grillés, compotée de tomates et bulbes de fenouil.

Domaine Gavoty Côtes de Provence
Rosé tradition 2008

7,70 euros

Voilà un joli rosé de saignée, aux arômes de fruits rouges, le fruit et la souplesse sont au rendez-vous.
Accord : ce rosé s'harmonise avec les salades d'été, les plats épicés, un tajine de lotte au citron confit.

Domaine de Vignelaure
Coteaux d'Aix 2005 rouge

20 euros

Avec de faibles rendements de 23 hl/ha, une récolte à maturité optimale, ce coteaux-d'aix offre une bouche gourmande, opulente, les tannins iront en s'arrondissant mais sont déjà très soyeux.
Accord : agneau des Causses aux herbes de la garrigue.

Bellet, pallette, bandol et cassis

En Provence, en marge des immenses appellations régionales, coteaux-d'aix-en-provence, côtes-de-provence, coteaux varois, royaume du rosé où l'excellence côtoie le plus banal, il existe quatre appelations communales qui produisent de remarquables vins rouges et blancs. Nous passerons plus rapidement sur la plus importantes d'entre-elles, bandol, qui bénéficie d'une très juste renommée pour ces vins rouges bien structurés aux arômes complexe et épicée, les chateaux-pibarnon, pradeaux et le domaine tempier étant de parfaits exemples.
Attachons nous plutôt aux vins blancs sec de cassis. La marsanne y est bien présente tout comme la clairette, les vins sont donc à boire dans leur jeunesse. Leur minéralité et leur fruité tout en agrume en font des compagnons parfaits pour accompagner une bouillabaisse, des gambas, des rougets grillés, ou un poulpe à la provençale.
Ce poulpe, vous pourrez tout aussi bien le servir escorté d'un château de bellet, de l'appellation éponyme. Avec 32 ha, elle est l'une des plus petites de France. Elle couvre les collines à l'ouest de Nice. Un gros travail a été réalisé ces dernières années pour rendre à ce vignoble des qualités quelques peu émoussées. Aujourd'hui, des procédures nouvelles encadrent les pratiques viticoles et l'excellence est de retour. Les blancs se caractérisent dans leur jeunesse par des arômes de fleurs blanches, en vieillissant l'amande grillée et le coing prennent le dessus. Menacés par l'expansion de la ville, les producteurs n'ont pas d'autres choix que celui de la qualité pour valoriser un terroir lorgné de près par les promoteurs. La pression immobilière peu avoir du bon, pour les gourmands…
Dernière appellation communale, tout juste plus grande que celle de bellet : palette. Elle borde les limites urbaines d'Aix-en-Provence et recèle une petite merveille : le Château Simone. Cette propriété produit des vins rouges de grande classe et un blanc qui se trouve au premier rang des vins de Provence. Ils vieillissent fort bien et prennent alors des teintes mordorées tandis que le bouquet s'affirme en plénitude. Les vendanges sont exclusivement effectuées à la main. Un véritable travail d'orfèvre, de bout en bout.

Le prix des bordeaux va-t-il baisser ?

Gérard Antoine, président de la Fédération nationale des cavistes indépendants n'en est pas si sûr... Tour d'horizon !

© Shutterstock / PixAchi

Certains crus sont spectaculairement en baisse, d'autres restent stables, quelles sont les raisons de ces tendances contraires ?

Gérard Antoine - Il y a bien deux tendances en décalage complet. Le marché des vins spéculatifs, essentiellement les grands crus classés, a explosé. C'est là que l'on trouve les chutes de prix de 40%, 50 % et plus. Les ventes des primeurs ont aussi suivi ce chemin baissier. En revanche, les vins qui n'appartiennent pas à cette bulle spéculative ne réagissent pas aux effets de la crise. La consommation est en baisse, mais la production aussi. Beaucoup de vignerons choisissent des pratiques viticoles plus qualitatives qui induisent des rendements plus bas. En 2007 et 2008, les conditions climatiques ont engendré de faibles volumes de vin. À cela s'ajoute l'augmentation des coûts d'exploitation de la vigne : mettre en place une viticulture plus propre, plus naturelle, n'est pas plus économique que le tout chimique. Parallèlement, les prix du verre, du papier pour les étiquettes, du liège des bouchons, s'envolent. Bref, difficile pour les vignerons de baisser leurs prix, surtout quand ils passent en bio ou en biodynamie.

Mais si les primeurs sont en baisse, quand les bouteilles seront mises sur le marché d'ici deux ans et demi, leur prix seront aussi plus bas que ceux pratiqués aujourd'hui ?

G.A. - Oui, l'effet est mécanique. Mais si l'on regarde de près, que se passe-t-il ? En 2005, les prix des bordeaux en primeurs avaient atteint des niveaux stratosphériques. Le problème est qu'en 2006 et 2007, les prix se sont maintenus sur des millésimes plus faibles, même si le 2006 reste bon, mais à ces prix plus rien n'est justifié. Cette année, on voit que les tarifs demandés sont revenus à des niveaux plus réalistes. Les prix baissent en grande distribution, une bouteille à 800 euros sera vendue 300 ou 400. Ce qui reste incroyablement cher. Les foires aux vins ne font plus les chiffres d'affaires des années fastes.

Jean-Marie Amat

« Heureux sur mon territoire ! »

© Jean-Bernard Nadeau

Depuis les immenses baies vitrées de son restaurant de Lormont, Jean-Marie Amat ne quitte pas Bordeaux des yeux. Vue plongeante sur la cité, avec en premier plan le pont d'Aquitaine, position stratégique qui lui permet d'observer la nouveauté se profiler à l'horizon... « Il y a beaucoup de choses intéressantes en ce moment dans le vignoble. Je pense au travail de Jean-Philippe Janoueix et son excellent Croix-Mouton, un bordeaux supérieur splendide à un prix très abordable. Il faut découvrir le "Papin" des vignobles Landeau, un hommage au cépage Petit Verdot, c'est formidable. En blanc, le Château des Tourtes, dans le Blayais, offre aussi de grands plaisirs. Tout cela me rend heureux sur mon territoire bordelais.» Et nous aussi, M. Amat !

Mais en dehors des grands crus, il est tout de même possible de se faire plaisir ?

G.A. - Je ne peux qu'encourager les consommateurs à découvrir les appellations moins connues du Bordelais. Les Américains et les Allemands n'ont pas attendu. Les ventes de côtes de castillon ou de fronsac sont déjà de bon niveau chez eux. Et ils ont raison, il y a de très belles bouteilles dans ces terroirs moins prestigieux que ceux du Médoc. On trouve des rapports qualité prix magnifiques. De 8 à 20 euros, il y a vraiment que quoi se faire plaisir. Les grands crus resteront chers, ils l'ont toujours été. Mais, ce sont des vins d'exception. ■

Sélection ...

Château Pey Latour
Bordeaux supérieur
2006

10 euros

Un vin fruité, frais, bien né dans ce millésime de bon niveau. Le merlot apporte sa souplesse (90%) et les raisins sont cueillis à maturité optimale. Un travail soigné depuis la vigne jusqu'au chai.

Accord : viandes rouges grillées, onglet échalotes notamment.

Baron de Rotschild
Cuvée Légende

10 euros

Un vin simple, parfait pour les soirées de l'été indien... Sauvignon, muscadelle et sémillon s'unissent pour une expression florale vive. Pour un vin plus accompli, les amateurs préféreront le «R» de Rieussec, de la même maison.

Accord : soupe de crevettes à la citronnelle.

Château Hostens-Picant
Cuvée
Les Demoiselles
2007

18 euros

Quelle richesse aromatique ! L'opulence ici n'est pourtant pas sans maîtrise, loin de là. La trame minérale structure parfaitement l'ensemble. Des saveurs de raisin mûr, de pêche blanche dominent.

Accord : poisson en sauce mais aussi curry d'agneau et vieux parmesan.

Château Moulin Pey-Labrie
Fronsac
2005

22 euros

Du travail d'orfèvre, un grand vin. On aime son caractère franc, tendu, précis. De l'amplitude et de la gourmandise, des tannins soyeux de beaux fruits mûrs. Remarquable rapport qualité prix.

Accord : côte de bœuf, petit gibier à plume, fricassée de champignons sauvages.

La Tour Carnet (blanc)
Haut Médoc
2007

24 euros

C'est une curiosité, un peu comme un merle blanc. Sur le domaine, 65 hectares sont consacrés aux vins rouges, et moins d'un hectare au blanc. Il y a donc de la danseuse dans l'air... De l'élégance, de la fraîcheur, une vivacité qui régale.

Accord : un saumon à l'oseille.

De bonnes affaires
sur les foires aux vins ?

Tradition commerciale de la rentrée, les foires aux vins organisées par la grande distribution commencent en ce mois de septembre et, selon les enseignes et les régions, se clôtureront dans le courant d'octobre. Tous les observateurs s'attendent à des baisses de prix importantes, et notamment sur les vins de bordeaux, fers de lance de ces rendez-vous. Quels sont les indicateurs qui permettent aujourd'hui d'envisager cette décrue sur les crus ?
Le marché est actuellement saturé par les millésimes 2006 et 2007 qui ont été proposés à des prix trop élevés au regard de leur qualité intrinsèque. Les tarifs avaient été peu ou prou alignés sur ceux de 2005, année grandiose, mais année de tous les excès. La crise aidant, les invendus sont là, les stocks grossissent, il va falloir faire de la place pour les 2008 qui vont bientôt sortir des fûts. La conjoncture internationale est également partie prenante. Les Anglais, très gros acheteurs sur le marché français, se retrouvent eux aussi dans une situation difficile où les stocks abondent alors que, parallèlement, la consommation baisse. Ajoutons à ceci la chute de la livre anglaise par rapport à l'euro et le tableau sera complet. Donc, pour retrouver une dynamique commerciale, il va falloir casser les prix : CQFD. D'autant que les consommateurs attendent ces baisses de pied ferme. Déjà, au printemps, des sites de vente *on line* avaient commencé la grande braderie avec des prix sacrifiés. Ce fut notamment le cas sur 1855.com qui proposait une trentaine de bordeaux 2006 à des tarifs très incitatifs, entre moins 25% et moins 45%... Et quand les prix ne sont pas directement touchés, alors ce sont les promotions qui attirent l'acheteur : X bouteilles gratuites à partir d'un certain volume de vente…
À la lecture de ce panorama, il est bien évident que les foires aux vins suivront le même parcours. L'an passé, l'ensemble de ces foires avait réalisé un chiffre d'affaires de 300 millions d'euros, en baisse par rapport aux années précédente. Ainsi, certains grands acteurs du secteur avouaient une diminution de 10% de leur volume d'affaires. Alors, catalogue en main, il ne reste plus qu'à dénicher les bonnes occasions et à comparer les prix affichés avec ceux des années précédentes. Juste retour des choses pour les amateurs qui regardaient jusqu'à présent la valse des étiquettes en regrettant le temps où les bordeaux étaient encore à portée de bourse.

Sélection …

Smith Haut-Lafitte
Graves (blanc) 2007
Le travail accompli dans les vignes et dans le chai trouve de belles récompenses. On aime les blancs particulièrement enlevés, frais, droits, tendus, boisés sans excès offrant un fruit précis où dominent l'ananas, la mangue…
Accord : raviole de homard, jus crémé de corail.

Pontet Canet
Pauillac 2005
Là encore, un domaine où le respect de l'environnement est un credo. Les efforts entrepris placent Pontet Canet dans les premiers rangs. Le millésime 2005 est une réussite totale. Beaucoup, beaucoup de plaisir.
Accord : un gigot de pré salé, un filet de boeuf Rossini.

Château Hosanna
Pomerol 2007
Ce domaine correspond à la partie la plus élevée de l'ancien château Certan Giraud. Ses voisins sont prestigieux : Petrus et Vieux Château Certan. Le pourcentage important de cabernet franc (30%), qui n'est pas une habitude sur l'appellation, lui confère une belle complexité.
Accord : gibier à plume, pigeon en salmis.

Bergerac : du nez, du corps !

Ces dernières années, les curieux qui ne voulaient pas attendre la baisse des prix en Bordelais se sont décidés à quitter les bords de la Garonne pour remonter ceux – plus paisibles – de la Dordogne. Grand bien leur en a pris. Ils y ont découvert des vins rouges fort bien élevés… Et donc accueillants. La tradition viticole est ici bien enracinée. On relèvera cette amusante anecdote : le premier cépage planté sur les sols calcaires, au temps gallo-romain, s'appelait le biturica, du nom de la tribu qui introduisit sa culture. Pourtant, rien à voir avec notre biture contemporaine… dont l'origine vient du vocabulaire marin, une biture étant un cordage disposé en zigzag sur le pont des navires. D'où le rapprochement…
Mais avec modération, dégustons les bergerac rouges. Des domaines sont aujourd'hui bien connus des amateurs : la Tour des Gendres notamment, avec sa remarquable cuvée Moulin des dames (18 euros), un vin ample et riche qui fait merveille sur la gastronomie régionale, où le canard gras est roi. Au Clos le Joncal, l'excellence passe également par une viticulture responsable, le domaine est en conversion biologique et produit une superbe cuvée Mystère du Joncal, très au-dessus des prix pratiqués ailleurs (35 euros), mais un vrai grand vin. Si l'on veut faire une bonne affaire, il faut alors s'arrêter au domaine de la Grange Neuve, à Pomport, où, pour moins de 5 euros, vous êtes acheteur d'un bergerac très sincère, qu'il est judicieux d'attendre deux à trois années avant de consommer, pour que les tannins un peu rêches se fondent dans un ensemble profond où l'humus des forêts environnantes embaume encore. Dans ce domaine, on vous parlera avec émotion du montbazillac, trésor local souvent médaillé dans les concours nationaux. C'est aussi le charme du Bergeracois que de proposer tout l'éventail des couleurs : rouge, blanc et rosé, mais également une palette très large de saveurs depuis les vins rouges profonds en passant pas les blancs secs et enfin des liquoreux gourmands. Le montbazillac souffrait d'une image de vin lourd, épais et pâteux. Des vignerons savent aujourd'hui lui donner toute la fraîcheur et la vivacité qu'il sied de confier à ces vins splendides. C'est le cas particulièrement du Château Tirecul la Gravière au sommet de l'appellation.

© Shutterstock / Paul Merrett

Une viticulture **héroïque**

La Loire est une des régions viticoles les plus passionnantes qui soient, une génération de vignerons portés sur le naturel fait briller comme jamais cépages et terroirs.

Nicolas Réau, établi depuis 2002 à Sainte Radegonde-des-Pommiers, est un bel exemple de ce qui se trame sur les bords de Loire. Depuis maintenant quelques années, une génération de vignerons sans préjugés aborde cépages et terroir avec une spontanéité, une envie de sincérité, de naturel, qui rénove à la fois les pratiques et les saveurs. Souvent tenants des conduites en biodynamie, ils font tout pour ne pas imposer à la vigne des contraintes inutiles. Travailler beaucoup dans les parcelles et très peu dans les chais, voilà leur credo. Ils veulent des raisins qui ne connaissent pas l'agression des produits chimiques, ils veulent une terre vivante, ils souhaitent des vins expressifs, jaillis de leur terroir comme le pétrole le faisait au Texas. Mais les rois du chenin ou du cabernet franc ne sont pas des magnats de l'or noir. Tout au contraire. L'exigence de cette viticulture naturelle ne favorise pas les gros rendements, on s'en doute. Alors, comment vivre sans augmenter le prix du vin de façon inconsidérée ? Pourtant, si la démarche est respectable sur les aspects environnementaux, une politique de durabilité passe aussi par un équilibre économique. Combien de temps encore Nicolas Réau pourra produire des vins de si haute qualité, comme ses anjou rouge et blanc du Clos des Treilles ? « Je pense que la rentabilité peut-être trouvée aux alentours de 30 hectolitres à l'hectare », explique-t-il. Seul problème, aujourd'hui, il est en dessous de ces rendements-là. Certes, les derniers millésimes ne l'ont pas aidé à marier qualité et volume. La roue peut tourner dans le bon sens.

© Shutterstock / David Hughes

Comme beaucoup de jeunes vignerons, Nicolas Réau a pris pour modèle les vins des frères Foucault à Chacé et ceux de Philippe Alliet à Cravant-les-Coteaux. Les premiers produisent le plus grand de tous les vins rouges de Loire avec leur Clos Rougeard « Le Bourg », et l'un des plus grands blancs avec le Clos Brézé ; le second cisèle des chinons d'anthologie. Mais, si les frères Foucault tiennent des rendements bas à 30 hectolitres par hectare, le prix de vente de leur bouteille (une trentaine d'euros pour les entrées de gamme) leur assure un excellent équilibre financier. Compliqué donc pour ces jeunes vignerons d'être à la hauteur de ces modèles quand la notoriété naissante de leur domaine ne peut permettre de vendre les vins à des tarifs qui rassureraient leurs banquiers. Profitons bassement de leur envie de bien faire leur travail, des merveilles sont à saisir. Mais Nicolas Réau ne sera pas éternellement un héros, soyons en sûrs ! ■

Gérard Bossé

L'ami de la famille !

© D.R.

Gérard Bossé est un formidable cuisinier. Aux Tonnelles, sur l'île de Béhuard, il reçut une étoile Michelin qu'il n'avait pas cherchée. Avec application, il la conserva jusqu'à l'an dernier. Fin des Tonnelles, qu'il ferme pour débuter une nouvelle aventure à Angers dans son bistrot gastro baptisé « Une île ». Ce qui ne change pas, c'est son amour des vins naturels. « J'étais ami avec ces vignerons avant que le concept de vin naturel existe. D'ailleurs, c'est une notion un peu floue. Il n'y a pas d'association, de structures, c'est seulement un groupement de bonne volonté. Ils souhaitent faire comme ils l'entendent. Moi-même je me sens proche d'eux, ma cuisine utilise des produits naturels, je me sens de leur famille. »

Sélection …

Domaine Eric Morgat
Savennières
2006
N.C.

Eric Morgat est un vigneron de grand talent, toujours en perpétuelle recherche, en constante remise en question. Il est perfectionniste et ne se satisfait pas d'à peu près. Ses Savennières sont amples, tendus, frais, minéraux et aromatiques.
Accord : brochet au beurre blanc.

Domaine Vincent Ogereau
Anjou Prestige Blanc
2006
N.C.

Vincent Ogereau regrette de ne pouvoir faire qu'une vendange par an. Il voudrait tant apprendre et tant savoir de ses terroirs pour faire toujours mieux. Goûtez son Anjou Prestige, vous verrez, Vincent Ogereau sait déjà de grands mystères.
Accord : nage d'écrevisse.

Domaine Nicolas Réau
Chinon cuvée Garance
2007
13 euros

Les vins de Nicolas se sentent bien dans leur bouteille. Ils font penser à des enfants à l'aise dans leur peau. On les trouve sereins, épanouis, équilibrés. Et, tour de force, ils le sont dès leur jeunesse comme dans un âge avancé.
Accord : canard sauvage au coing.

Domaine de la Béllivière
Cuvée Rouge-Gorge
Coteau du Loir
2007
14 euros

C'est un hommage au pineau d'Aunis, le cépage préféré de Jean Carmet. Le nez est discret, marqué par des petits fruits rouges. La bouche est fraîche, épicée, subtile. Du beau boulot.
Accord : terrine d'agneau aux herbes et aromates à la truffe.

Domaine Les Loges de la Folie
La Nef des Fous
Montlouis
2007
N.C.

Valérye Mordelet et Jean-Daniel Kloeckle sont de cette génération qui n'a peur de rien. Pas de pesticide, pas de désherbant, des vendanges à la main et des raisins vinifiés naturellement. La notoriété arrive, les vins s'affirment pour le meilleur.
Accord : volaille crémée aux morilles.

Assemblage sentimental
en Alsace

© D.R.

L'Alsace, nous le savons tous, est une terre vouée aux vins de cépage. Contrairement aux autres régions viticoles où le terroir baptise les crus, ici, riesling, gewurztraminer, pinot noir, pour ne citer qu'eux, donnent leurs noms aux vins d'Alsace. Si le constat est juste, il demande cependant à être observé de plus près.
Historiquement, une part de la production a toujours été réservée pour les vins d'assemblages. Le plus célèbre, l'edelzwicker, est aussi le plus modeste. Vin de soif par excellence, il n'a pas d'ambition particulière. Moins connu, mais plus noble, le gentil réserve davantage de plaisir. Il est composé d'au moins 50% des grands cépages alsaciens : riesling, pinot gris, muscat. Au début du XX^{E} siècle il était très apprécié, puis les vins monocépages ont pris le dessus. Quelques domaines signent encore de fort beaux gentils. C'est le cas du domaine Bott-Geyl, situé sur la commune de Beblenheim, qui compose un savant assemblage pour son Métiss 2006 : 10% de pinot blanc, 30% de muscat, 10% de pinot gris, 10% de sylvaner et 40% de riesling. Cette tradition reste marginale et la domination des vins de cépage est évidente. Elle est cependant bousculée aujourd'hui par des vignerons convaincus de l'intérêt d'une vinification en assemblage. Deux décrets publiés en 2005 et 2007 autorisent désormais cette pratique jusque-là interdite sous peine de perdre le droit à l'appellation « Alsace grand cru ». Il est notamment permis de vinifier le cépage sylvaner dans l'appellation « Zotzenberg », et les AOC « Altenberg de Bergheim » et « Kaefferkopf » sont aussi ouvertes aux vins d'assemblage. Pour le plus grand bonheur de Jean-Michel Deiss, grand militant de la cause : « La complantation des cépages apporte de la poésie, du romantisme dans le travail du vin. Pour moi, la diversité c'est la civilisation. Je ne suis pas seul à tracer ce chemin ; avec d'autres vignerons nous faisons un travail collectif sur cette idée de diversité qui est d'ailleurs ancienne en Alsace, mais qui avait été un peu oubliée. » C'est ce qu'affirme aussi Christian Binner, vigneron à Ammerschwihr : « Avant la période "post germanique", où les vinifications monocépages sont devenues légion, la pratique de l'assemblage à Ammerschwihr était courante. D'ailleurs, d'autres appellations comme "Côtes d'Ammerschwihr" existaient. Mon grand-père et mon père procédaient pour cette dernière à un assemblage de tous les cépages plantés dans nos terroirs de coteaux du village, hors zone Kaefferkopf et Sonnenberg. Une véritable appellation village qui est quasiment tombée à l'eau, mais qui, avec l'évolution de la réglementation européenne, reprend toute son importance. Bref, un véritable retour aux sources et à nos terroirs ! »

Sélection…

Domaine Audrey et Christian Binner
Kaefferkopf 2007
N.C.

Vinification naturelle, pas de chaptalisation, pas de collage, pas de levurage, pas de sulfitage… mais du vin ! Un vin pur jus ! Complexe, charpenté aux notes épicées, doté d'une exceptionnelle fraîcheur en bouche.
Accord : un saumon sauvage grillé jus court et champignons également sauvages.

Domaine Marcel Deiss
Huebuhl Alsace 1er cru Bergheim 2002
30 euros

On retrouve tous les cépages pinot dans cette merveille de vin. Saveurs d'amandes, de zestes d'agrumes, notes grillées et un gras très confortable pour une bouteille qui évoluera sur dix ans.
Accord : homard grillé barigoule de jeunes légumes.

Domaine Bott-Geyl
Métiss 2006
N.C.

Récolte manuelle pour un vin fruité aux touches florales. Plaisir tout en légèreté, quelque chose d'une jeune fille en fleur, proustien donc, pour les souvenirs qui vous reviennent d'étés à la campagne.
Accord : terrines de volailles, quiches et tartes flambées.

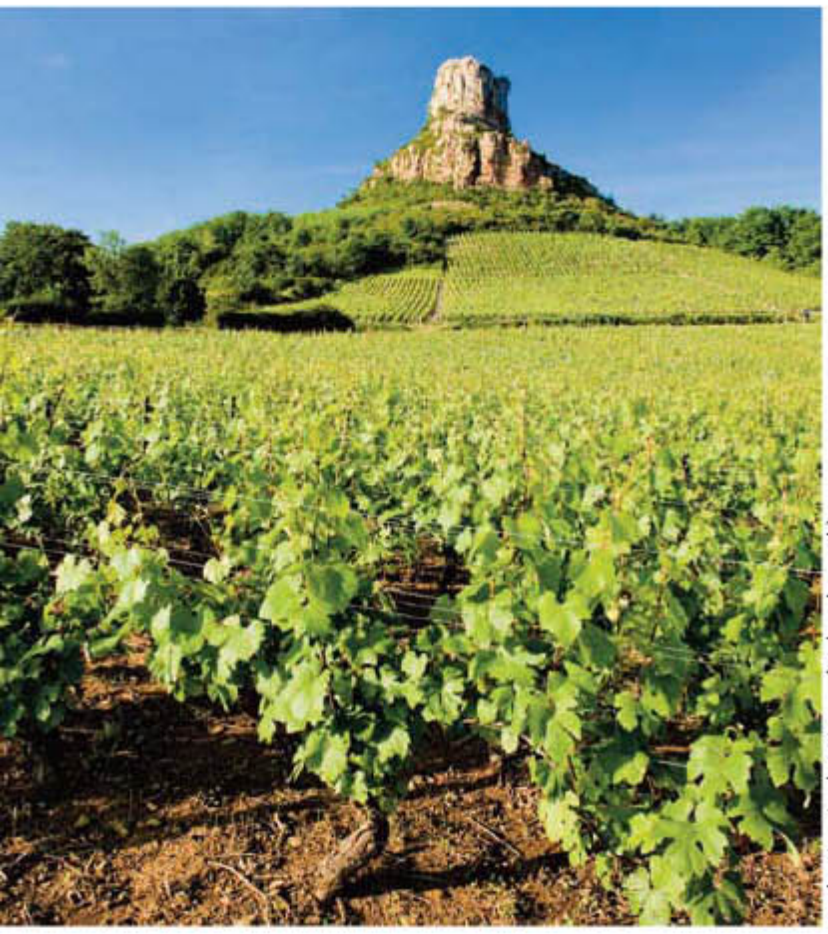
Wolfberger
Pinot gris Grand cru Rangen 2001
25 euros

Ce vin n'est pas issu d'un assemblage, il représente la tradition de vinification en mono-cépage. Rangen est l'unique terroir d'Alsace à caractère spécifiquement volcanique. Il produit des vins très typés, d'une rare élégance.
Accord : homard laqué au miel de gingembre et au saké.

Bourgogne
climats de confiance

La Bourgogne est une terre de trésors, si précieuse que les Bourguignons souhaiteraient la voir classée au patrimoine mondial de l'humanité.

On appelle les terroirs de Bourgogne des climats. C'est de leur diversité géologique et de leur positionnement géographique que chardonnay, en blanc, et pinot noir, en rouge, trouvent ici une terre d'élection que les Bourguignons aimeraient voir classée par l'Unesco.
Il est vrai qu'en Bourgogne naissent les plus grands vins du monde, tous les Bourguignons vous le diront... Les crus de la romanée conti, évidemment, en font partie, mais également ceux de vignerons devenus des stars mondiales à l'image de Lalou Bize-Leroy, Bernard Dugat, du domaine Dugat-Py, ou encore de Jean-François Coche-Dury. Sans même évoquer les prix mirobolants de ces vins, leur rareté et leur contingentement placent une dégustation au rang d'événement majeur dans une vie d'amateur. Beaucoup d'excellentes maisons vendent entièrement leurs cuvées en allocation, et si l'accueil est courtois, il n'est pas possible de s'approvisionner. Alors, pour plus de régularité dans le plaisir, il faut chercher ailleurs, ce qui ne veut pas toujours dire trouver moins bien. Le domaine Robert-Arnoux, à Vosne-Romanée, est hautement recommandable. Premier point, on y vend du vin, pas toujours en grande quantité, mais il vous est possible de repartir avec le coffre garni de leurs splendides vosne-romanée, notamment du premier cru Suchots, ou encore d'un Clos de Vougeot de très grand classe.
Tant qu'il en est encore temps, n'hésitez pas à rendre visite au domaine Michel-Bouzereau-et-fils à Meursault. Leur premier cru Les Tessons est un vin d'une grande fraîcheur : le gras est là certes, mais la minéralité est puissante. Un vin qui tient la dragée haute à des plats corsés comme un homard grillé ou une pastilla de tourteau corail noir à l'encre de seiche.
Dans de très grandes maisons, il est également possible de se procurer des vins de très belle facture. Chez Boisset, on a fait appel à un maître de chai qui a fait ses classes auprès de Lalou Bize-Leroy. Résultat, les vins atteignent aujourd'hui des finesses et une élégance remarquable. Goûtez les meursault mais aussi les savigny-lès-beaune ou encore le morey-saint-denis que nous présentons dans ces pages.



© Shutterstock / PHB.cz (Richard Semik)

Thierry Petit

Dégustateur militant !

© D.R.

Thierry Petit, ancien sommelier, aujourd'hui caviste et restaurateur à Dourdan, est un fameux dégustateur. Reconnu par ses pairs, il avoue sans détour une passion totale pour les vins de Bourgogne, pinot et chardonnay confondus. « Je commence à boire du vin quand je bois du vin de Bourgogne », prévient-il d'emblée. « Mes bouteilles fétiches, mes plus grandes émotions gustatives sont là et pas ailleurs. Il y a de grands, d'immenses bourgognes, il y en a de plus modestes, mais toujours, le bourgogne me plaît. Le rouge me nourrit le ventre, le blanc comble mon esprit. Les rouges, on les boit gorgée après gorgée, les blancs, on s'arrête dessus et l'on savoure intérieurement. La dégustation d'un "La Tâche" reste un moment inoubliable. »

Autre négociant de valeur, le domaine Bourrée-et-fils à Gevrey-Chambertin. Dès les simples bourgognes rouge et blanc, on sent la sincérité du travail. La gamme est large, mais chaque vin est accompli, puissant ou élégant selon le terroir, de vrais grands bourgognes bien nés. Si vous pensez que les climats de Bourgogne méritent leur classement au patrimoine mondial, il vous est possible de rejoindre le comité de soutien (contact@climats-bourgogne.com). Comme un juste retour des choses… ■

Sélection …

Domaine Bernard Millot
Meursault 1er cru Les Gouttes d'or 2006
N.C.

C'est un petit domaine où le travail scrupuleux et passionné de Bernard Millot offre chaque année aux dégustateurs des plaisirs intenses. Ce meursault est suave et envoûtant, et sa structure est presque crémeuse. Très bon rapport qualité prix.
Accord : poularde de Bresse truffée.

Boisset
Morey-Saint-Denis 1er cru 2007
N.C.

Ce vin a fait l'objet d'exigences particulières en termes de choix de parcelle de vigne : vieille vigne (50 ans) produisant peu de raisin mais surtout de petite taille, gage d'une grande concentration. Grande distinction de tannins.
Accord : canard sauvage, fruits d'automne rôtis.

Faiveley
Mercurey Les Mauvarennes 2006
N.C.

Arômes de fruits rouges frais et d'épices qu'une attaque en bouche confirme. La finale laisse se dévoiler des tannins fins et soyeux. Un vin bien équilibré.
Accord : un poulet grillé façon *yakitori*.

Domaine Chantal Lescure
Pommard
32 euros

Depuis que François Chevariat tient les rênes de ce domaine, les vins ne cessent de progresser à l'image de ce pommard soyeux et légèrement boisé où les fruits rouges sont profonds. Une expression fidèle du terroir.
Accord : filet de chevreuil, mousse de céleri.

Olivier Leflaive
Saint-Romain 2006
N.C.

C'est un vin qui fait plaisir à rencontrer. Il faut découvrir cette appellation moins en vue que celles des prestigieux meursault et puligny-montrachet. Le rapport qualité prix est gagnant.
Accord : une caille aux mirabelles.

Non dosés ou extra-brut : des champagnes à poigne !

Il faut aimer les sensations fortes, les trucs directs, droits, puissants. Les champagnes non dosés et extra-brut ne sont pas des demi-portions : explications !

Avant d'entrer dans le vif du sujet, une petite vérification s'impose. Non dosés, ça correspond à quoi ? Tous les champagnes sont généralement dosés. Au cours de la vinification, les bouteilles de champagne sont placées la tête en bas, ou presque. Avec la gravitation, les dépôts descendent dans le col du flacon. Lorsque le vin est bien clarifié, on gèle le col à –25 degrés et le bouchon glacé contenant les limons est expulsé par la pression naturelle de la bouteille.

Evidemment, on perd un peu de vin dans l'opération. Il est remplacé par la liqueur de transport ou d'expédition, c'est selon, qui est en fait du vin de l'appellation additionné de sucre. Cette opération permet de doser le champagne en faisant varier la proportion de sucre. C'est ici que les vins deviennent demi-sec, brut, ou extra-brut. « Le cahier des charges de l'AOC, explique Cédric Jacobin, œnologue, responsable qualité de la maison Saint-Gall, permet d'aller jusqu'à 15g/l. Mais il est rare aujourd'hui de voir des vins comporter un tel dosage. Chez Saint-Gall, nous restons proche des 8 à 10 g/l, et pour notre extra-brut, nous visons les 4 ou 5 g/l. »

Plus on augmente la proportion de sucre et plus les saveurs du vin s'expriment avec difficulté. Trop dosés, les champagnes deviennent lourds et perdent l'essence de leur âme : la vivacité, l'espièglerie, la finesse. Mais peu ou pas dosé, ils passent alors du côté sauvage de la force…

« Il faut des vins d'une grande qualité pour les vinifier en extra-brut, reprend Cédric Jacobin. Les raisins doivent montrer une belle maturité pour donner ensuite des jus riches qui s'épanouiront d'autant mieux qu'ils seront dosés avec justesse. »

Le non dosage est un acte qui se révèle encore plus radical. Il convient d'être sûr de la qualité des vins de base, sous peine de mettre en bouteille un champagne d'une acidité peu avenante. Mais quand les conditions sont réunies, les amateurs apprécient alors une sincérité, une rectitude, une fraîcheur sans pareil.

Extra-brut et non dosés sont des champagnes de gastronomie. Si les premiers peuvent accompagner l'ensemble d'un repas, les seconds doivent être réservés aux fruits de mer sur lesquels ils sont royaux et pour des apéritifs entre initiés. Mais il semble que le cercle s'élargit progressivement.

© Shutterstock / Albo

Sélection…

Pol Roger
Cuvée « Pure »
35 euros

Exercice de style brillamment réussi, la cuvée « Pure » est une expression très authentique des terroirs champenois. Trois ans de vieillissement, une structure très équilibrée, une bouche linéaire, droite et fluide.

Accord : langoustines rôties, artichauts, tomates confites.

Saint-Gall
Extra-brut premier cru blanc de blanc
45 euros

La signature des villages de la Côte des Blancs est immédiatement perceptible dans ce champagne racé, net et minéral. Un chardonnay sauvage et vif, long en bouche.

Accord : ris de veau gratiné à la florentine.

Drappier
Brut nature zéro dosage
28 euros

Voilà un champagne pour les amateurs de vérité. Pas de dosage, pratiquement pas de soufre, l'épanouissement total des qualités intrinsèques du pinot noir fait ce champagne une rareté pour amoureux exigeants.

Accord : un feuilleté de moules, coques et pétoncles.

La vie
en rose

Si les ventes de champagne subissent les effets de la crise, le champagne rosé progresse, tant sur le marché français qu'à l'export : enfin un peu de rose !

Le champagne n'est pas obligatoire, rappelait Christian Millau dans son Dictionnaire amoureux de la gastronomie, sauf dans deux circonstances : lorsqu'on est heureux et quand on ne l'est pas. Dans ces deux états émotionnels, ajouter une petite touche de rose sera toujours de bon ton. C'est sans doute ce que pensent de nombreux consommateurs. Alors que les ventes globales de champagne font grise mine sur le marché mondial après plusieurs années d'une hausse continue, le champagne rosé garde un teint de jeune fille et un allant itou. En grande et moyenne surface, ses parts ont gagné 5,5%. À l'export, elles sont passées de 7,3% en 2007 à 8,2% en 2008. Des chiffres qui deviennent rares en ces années tourmentées.

© Shutterstock / Quayside

Pourquoi un tel engouement ? Si le champagne est synonyme de gaîté, de fête, d'élégance, alors un champagne rosé ajoute encore à cet esprit la couleur tendre féminine qui lui manquait. Le rose va au champagne comme le parfum aux jolies femmes : il souligne leur charme. Et s'il rend amoureux, il fait donc voir la vie en rose. Tout se tient…

Et d'ailleurs, les grandes maisons de champagne n'hésitent pas à présenter leurs plus précieuses cuvées dans des écrins qui appartiennent sans conteste aux accessoires de mode. La splendide cuvée Célébris rosé 2003 de Gosset est un exemple. Impossible de parler de boîte, ou alors ce serait une boîte à chapeau d'une forme étrange mais provenant d'un très grand modiste. Cet écrin est une sorte de vanity case tout de rose habillé, qui s'ouvre sur un intérieur tendu de velours gris perle. Au centre : le bijou ! Enfin, la bouteille. On s'y perd ! Autre écrin, autre splendeur avec la cuvée Dom Ruinart rosé 1996. Comme chez Gosset, nulle mièvrerie dans ces deux grands vins. Ils sont roses, mais pas de Barbie dans les parages. Très peu dosé chez Gosset, de caractère chez Ruinart, ces rosés ont du tempérament. Tout comme le rosé millésimé 1999 de Charles Heidsieck, qui offre un excellent rapport qualité prix dans cet univers luxueux.

Enfin, dans le même millésime, la cuvée Louise Rosé est un champagne inoubliable. Le contact avec le nez est révélateur, aucune exubérance, tout en délicatesse et distinction. Les deux grands cépages s'expriment à l'unisson, aucun ne venant dominer l'autre. Le Chardonnay amène toute sa fraîcheur, ses notes citriques et minérales, alors que le Pinot procure une touche fruitée de petites fraises des bois, associée à de la figue fraîche. Les rosés de Champagne sont de très grands vins ! ■

Blue time

Un champagne pour le Meurice

© D.R.

Yannick Alléno, trois étoiles Michelin, règne sur les cuisines du Dorchester, le restaurant de l'hôtel Meurice. À la rentrée, un nouveau champagne sera à la carte. Un champagne spécialement conçu pour le Meurice. « Il s'appellera Blue Time et sera exclusivement servi au Dorchester et à la clientèle de l'hôtel, explique-t-il. J'ai travaillé avec la maison Vranken pour concevoir cet assemblage unique. Nous l'avons souhaité peu dosé, vif et gourmand. J'aime le champagne en bonne compagnie. Je l'aime aussi en cuisine. On a un peu perdu le sens de ces sauces au champagne, elles sont moins à la mode. Et pourtant, quelle somptueuse recette qu'un bar braisé, glacé au champagne… »

Sélection …

Ruinart
Brut rosé

50 euros

De la souplesse mais aussi le sens de la direction. L'équilibre du vin nous tient par la main et nous régale de ses fruits savoureux, où la fraise des bois et la cerise nous rappellent des comptines enfantines.

Accord : daurade grillée, piquillos et tranches grillées de jambon serrano.

Pommery
Brut rosé
Apanage

60 euros

Teintes pastel, finesse de la bulle, on entre ici dans un monde de délicatesse. Mais délicatesse n'est pas faiblesse… Les arômes sont nets et francs et les saveurs le confirment : ce champagne s'offre avec sincérité et fraîcheur pour un bonheur immédiat.

Accord : vol-au-vent de fruits de mer.

Mumm
Cordon rose

30 euros

Fruits des bois, fraise et framboise, se distinguent comme bien souvent chez les champagnes rosés, mais cette fois avec des arômes d'agrume, de pamplemousse. La finale laisse entrevoir des notes de vanille et de caramel.

Accord : gambas sautées, gingembre, basilic thay.

Canard Duchêne
Grande cuvée
Charles VII rosé

N.C.

Créée pour le centenaire de la maison, la cuvée Charles VII est un assemblage de plusieurs millésimes, les raisins proviennent des plus belles parcelles de la Montagne de Reims. Beaucoup d'élégance et de subtilité.

Accord : un filet de canard et son jus tranché de cassis.

Jacques Chaput
Brut rosé

Moins de 20 euros

La base de ce vin est le brut tradition auquel est additionné entre 5 et 10% de vin rouge de pinot noir. Champagne rosé à la fois vif et frais, mais on distingue des arômes de griotte et de fraise : vineux avec délicatesse, il conviendra parfaitement lors d'un apéritif dînatoire !

Blanc + rouge = rosé

en Champagne, on ne le regrette pas !

C'était le débat du printemps, était-ce le début des ennuis ? La Commission européenne allait-elle autoriser la « fabrication » de vins rosés à partir d'un mélange de vins rouges et de vins blancs ? On le sait aujourd'hui, elle n'a pas accédé à la demande des grands négociants. Mais le débat fut rude. Au sein de la Commission, un argument était souvent évoqué : en Champagne, les vignerons et maîtres de chai pratiquent avec bonheur le coupage des vins ! En fait, avant la prise de mousse, on ajoute au vin blanc une faible proportion de pinot noir vinifié en rouge entre 5 et 20 % en moyenne selon les maisons, pinot qui proviennent tous des coteaux champenois ou de la région des Riceys, donc de la sphère d'appellation champagne.

Cette façon de vinifier les rosés de champagne est de loin la plus pratiquée. Et difficile, effectivement, de contester qu'elle donne d'excellents résultats. Le succès est là et les prix ont tendance à s'alourdir. Pourtant, il est toujours possible de prendre un vrai plaisir avec des vins proposés à des prix très abordables (moins de 20 euros) comme ceux de la maison Jacques Chaput, ou encore de la maison Jean Moutardier qui utilise majoritairement le pinot meunier. Le succès des rosés est tel que Pommery n'a pas hésité à créer une gamme à part entière. En plus d'un classique brut rosé finement fruité, on aura le choix entre le Springtime, une vraie friandise, et le brut rosé Apanage aux saveurs plus corsées que celles du brut rosé pour un vin qui accompagnera fort bien tout un dîner.

L'assemblage n'est pourtant pas la règle générale en Champagne. En 1968, Laurent-Perrier innovait en lançant le premier rosé de saignée. Si le nom peut faire frissonner, l'opération est douce. Les grappes de raisins rouges sont mises en cuve et débutent leur macération. Quand les jus sont suffisamment colorés par cette évolution naturelle, on procède à la saignée de la cuve, le moût s'écoule et poursuit sa vinification dans d'autres cuves. Puis les vins vieillissent dans les caves champenoises, parfois jusqu'à quatre années en fonction des maisons. Cette façon de faire est plus exigeante que l'assemblage, elle demande en particulier une bonne maturité des raisins au moment de la récolte. Au domaine Larmandier-Bernier, célèbre pour sa conduite des vignes en biodynamie, on a également opté pour ce type de vinification. Là encore les vins sont intenses, tanniques et finalement virils, bien que rosés… ■

Sélection …

Laurent-Perrier
Brut rosé
56 euros

C'est la star, le rosé le plus immédiatement cité par les amateurs. Beaucoup de fraîcheur, d'équilibre, de rondeur. Sa structure lui permet facilement d'accompagner une volaille, par exemple un suprême de pintade accompagné d'une tatin de griottes qui fera écho aux fruits rouges de cette cuvée.

Gosset
Grand Rosé brut
48 euros

Comme tous les champagnes de cette maison : puissance et vinosité sont au rendez-vous. La bouche est marquée par des fruits légèrement compotés, marque de maturité et de générosité. L'accord se fera sur des poissons que l'on associera à des saveurs méditerranéenne ou indienne.

Alain Thiénot
Brut rosé
N.C.

C'est une farandole de fruits rouges, de la framboise, de la fraise sans oublier des notes plus acidulées où pointent le bourgeon de cassis et la griotte. Bouche bien équilibrée entre la structure et la finesse, à marier avec des desserts gourmands, clafoutis de fruits rouges, tarte fraises-framboises…

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

Vins étrangers

l'Espagne se taille la part du lion

Nous sommes un pays chauvin… Si la part des vins étrangers progresse dans des pays comme l'Allemagne, la Belgique ou la Grande-Bretagne, elle stagne chez nous.

© Shutterstock / Arturo Limon

Les chiffres sont là. Les vins étrangers ne décollent pas. Depuis près d'une dizaine d'année, leur part de marché stagne entre 1,5 et 2% des ventes en grande distribution. C'est aujourd'hui l'Espagne qui s'offre un boulevard sur nos rayonnages avec 50 % des volumes écoulés. Mais le phénomène le plus marquant est l'effondrement quasi total des vins italiens ces dernières années. En 1998, ils remportaient la mise avec 66% des importations. Cinq ans plus tard, ils ne représentaient plus que 19% du total, pour aujourd'hui ne compter que pour 6% de notre consommation de vins étrangers.

Que s'est-il passé ? Deux courbes se sont croisées. Nous importons principalement des vins de table de l'étranger. Or, les vignobles transalpins se sont progressivement convertis à une production de qualité. Aujourd'hui, la moyenne des vins n'est plus dans les prix attendus par le marché d'importation. Et si les vins de tables ne sont plus au rendez-vous, les grandes appellations italiennes (barbaresco, barolo, brunello di montalcino) restent à des niveaux de prix qui les rendent confidentiels.

L'Espagne est reine et le titre n'est pas usurpé. Les vignobles espagnols se sont considérablement modernisés. De grands domaines parviennent à conjuguer une production de masse et un niveau de qualité raisonnable. Les rapports qualité prix sont excellents, ce qui explique les succès en France d'une marque comme Freixenet pour les vins effervescents. Pour les vins rouges, deux grandes régions sont facilement disponibles en France : les vins de Navarre et ceux de la Rioja. On trouvera plus facilement des grands vins dans la seconde. La Rioja est une région proche de la France, l'influence bordelaise y a toujours été importante. De grands domaines très bien structurés produisent des rouges de haute qualité. On pense à la Rioja Alta, à Marques de Riscal et à Marques de Cacérés, notamment. Mais les rouges ne doivent pas faire oublier les blancs et les rosés. Chez Marques de Cacérés, les progrès sont notables dans ces deux couleurs. Les blancs trouvent désormais une vraie nervosité et une tension qu'ils n'avaient pas auparavant. Les rosés, naguère un peu rêches, sont désormais plus gourmands. Enfin, tout comme en France, de petites exploitations font le choix d'une viticulture naturelle; c'est ainsi le cas de la Compania de vinos Telmo Rodriguez, à la recherche d'une expression très authentique de ce terroir de la Rioja.

François-Xavier Dugas

Métier : importateur

© D.R.

François-Xavier Dugas importe de nombreuses et prestigieuses marques de whiskys et il est le principal importateur de rhum en France. Il y a quelques années, il s'est lancé dans la constitution d'un catalogue de vins étrangers. « Ce sont deux mondes fondamentalement différents », explique-t-il. « Il est aujourd'hui très difficile de placer des vins étrangers sur le marché français. Les mentalités ne sont pas prêtes. Seuls les vins d'entrée de gamme rencontrent un peu d'intérêt, le haut de gamme ne constitue pas un flux de vente très significatif. En France, il y a un vrai chauvinisme. Ce n'est pas le cas dans d'autres pays qui n'ont pas notre culture viticole ; les vins de Nouvelle-Zélande, d'Argentine ou du Chili, y sont très bien accueillis. »

Sélection …

Australie
Domaine Terlato et Chapoutier
Shiraz
2007

18 euros

La couleur de cette très belle shiraz est rouge intense et profond. Son nez est complexe avec des arômes de fruits noirs (cassis, myrtille), et quelques notes de cacao. L'attaque en bouche est très ample, chaude et ronde, avec des tanins serrés mais juteux.
Accord : viandes rouges grillées.

Espagne
Marques de cacérés
Gaudio
Rioja
2004

N.C.

Un magnifique rioja, opulent, aux tannins soyeux. Les arômes sont torréfiés et l'attaque en bouche est vive. Des saveurs de fruits noirs, de pruneau et des notes grillées sont présentes. Il faut carafer ce vin deux bonnes heures avant le service.
Accord : une daube de sanglier.

Italie
Castello di Ama
Chinati
2004

22,90 euros

Beaucoup de suavité pour ce vin généreux et fruité. Les arômes de prune et de feuille de cerise dominent. La bouche est fraîche, avenante et s'ouvre sur des saveurs de fruits rouges, la finesse des tanins est séduisante.
Accord : un osso bucco aux artichauts violets.

Roumanie
Dragasani
Tamaioasa
demidulce
stirbey
2008

12 euros

Étonnant vin roumain, au nez d'abricot, de fleur d'oranger et de verveine. La bouche est onctueuse et fraîche. Une vraie réussite.
Accord : un foie gras, mais également en dessert sur un cake aux fruits secs et glace.

Argentine
Mendoza
chardonnay
Alamos
2006

12 euros

Ce vin provient des hauts plateaux de Mendoza, 100% chardonnay. Des arômes de cacahuète grillée et de fruits jaunes. La bouche est sur les fruits exotiques et la finale dispose d'une belle longueur.
Accord : thon rouge au coriandre.

"Une explosion d'arômes et de finesse"

www.marquesdecaceres.com

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.

... Autour **du Vin**

1 © D.R.

2 © Studio Messlinger GmbH

3 © D.R.

4 © D.R.

5 © D.R.

1 Joueur

Les arômes des vins autrement

Ludiques, ces verres ont deux formes pour faire ressortir les familles aromatiques du vin. La première intensifie le plaisir du fruit et la seconde met en valeur toute la complexité des arômes liés à l'élevage en fût. Question de goût… et de curiosité !

Chef & Sommelier

Verres Arom'Up Fruity et Arom'Up Oaky

De 7,30 euros à 8 euros selon la taille

(prix public conseillé)

2 Complice

Toujours à portée de main

Pas de cave et quelques bonnes bouteilles ? De petite taille, cette cave à vin trouve vite sa place. Température réglable et compresseur anti-vibrations accompagnent une bonne conservation des vins.

Bosch

Cave KSW 18V80

710 euros (prix public conseillé)

3 Romantique

Sublimes calices

Pour une mise en scène d'exception des meilleures bouteilles, de rares verres d'art pour la perfection de l'instant, romantique et raffiné.

Véronèse

Prix sur demande

Tél. : 01 45 62 67 67

4 Enchanteur

Des étoiles dans les yeux

Rendez aux terroirs leur dimension tellurique ! Enchanteurs, ces verres en cristallin se parent de motifs gravés évoquant les cartes du ciel, les constellations, le soleil… Un clin d'œil moderne et poétique à l'instant de la dégustation.

Geneviève Lethu

Flûtes « Astrologie »

44 euros les 6 (prix public indicatif)

5 Superlatif

Miniformat, maxi-technologie

Format idéal et esthétique parfaite, cette cave à vin haut de gamme à encastrer sous un plan de travail est aussi un concentré de technologie : deux zones de froid, température, ventilation et humidité réglables… Un niveau d'exigence à la hauteur des plaisirs les plus rares.

Gaggenau

Cave RW 404

2580 euros (prix public indicatif)

Hors série…

© D.R.

Laisser le vin s'exprimer pleinement

Verres ou carafes, un seul objectif : permettre au vin de s'exprimer pleinement et de dévoiler tous ses arômes. En cristal soufflé à la bouche, les 7 verres sont façonnés à la forme idéale pour chaque type de vin : ventrue et ramassée pour les bourgognes, élancée au calice légèrement rétréci pour concentrer les arômes des bordeaux, effet cheminée pour oxygéner les vins effervescents… Avec le même objectif, les carafes sont conçues pour décanter en douceur et favoriser un service parfait.

Gamme Allégorie Premium de Villeroy & Boch

Villeroy & Boch 1748

LA NOUVELLE LATTISSIMA PREMIUM DELONGHI NESPRESSO

Découvrez le nouveau design de la Lattissima Premium. Elle est dotée d'un nouveau bec d'introduction des capsules Nespresso, d'une nouvelle technique, touche Milk multiboissons, toutes boissons avec du lait, cappuccino, latte macchiato, boissons chocolatées à base de lait mais aussi café ! Elle permet d'économiser l'énergie : arrêt total de la Lattissima au bout de 30 minutes ou de 2 heures. Cette fonction peut être désactivée pour que la machine soit prête à tout moment. Dotée également d'indicateurs lumineux : deux touches intégrées et rétro éclairées pour indiquer le réservoir plein et le bac collecteur de capsules plein. Cette nouvelle Lattissima fait partie des indispensables appareils ménagers à avoir chez soi pour partager un moment entre famille et amis.

Prix indicatif public : 499,99 €. www.delonghi.fr. Disponible dans les points de vente Nespresso, les grands magasins, et les grandes enseignes d'électroménager.

DÉCOUVREZ LE COFFRET BRUT ROSÉ THIÉNOT

Le Champagne Thiénot célèbre les femmes et les amoureux du champagne rosé en leur dédiant son coffret Brut Rosé. Alliance de force et de finesse, ce Brut Rosé est le produit de tout le savoir-faire maîtrisé de la plus jeune des grandes maisons de champagne. Délicatesse du chardonnay, caractère du pinot noir et du pinot meunier, ce Brut Rosé est l'expression même du charme et de la gourmandise. Un nez subtil d'une belle fraîcheur avec ses arômes de griotte et cassis, une bouche légère et ample, il saura prolonger l'été le temps d'une cuvée…

Prix de vente conseillé : 37€. Disponible chez les cavistes de qualité.

DU NOUVEAU DANS L'UNIVERS DES TABLES À INDUCTION PAR NEFF

Pour les amateurs comme pour les professionnels, la cuisson à l'induction est une méthode de choix, permettant de cuire avec facilité, précision et sécurité. Les dernières innovations de Neff vous font vivre une expérience unique. Le bouton de commande amovible Point & Twist, vous permet de sélectionner et contrôler la puissance offrant sécurité et facilité d'utilisation. Avec la fonction Stop & Clean, vous pouvez suspendre la cuisson pendant 20 secondes pour nettoyer la table sans modifier les paramètres de cuisson préalablement enregistrés. Le Power Boost de Neff, est le plus puissant et le plus rapide du marché. Sans oublier les 9 niveaux de sécurité qui font de ces tables de vrais complices des cuisines des cordons bleus.

Renseignements : 0.892.698.210.

Photo C. Lascève. Stylisme B. Abraham.

Bimestriel
Saveurs n°170 – septembre-octobre 2009
67, rue de Dunkerque, 75009 Paris

PRÉSIDENT DE LA SOCIÉTÉ ET DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : Fabrizio d'Angelo

SERVICE ABONNEMENTS
Pour toute question concernant votre abonnement, pour vous abonner ou commander d'anciens numéros :
Tél. : 03.88.66.86.11. Fax : 03.88.66.86.42.
Mail : abos.burda@abopress.fr
Courrier : Abo Press, 19, rue de l'Industrie, 67402 Illkirch cedex

POUR COMMANDER D'ANCIENS NUMÉROS/POUR S'ABONNER EN LIGNE
Site : www.saveurs-magazine.fr

INFORMATIONS LECTEURS
Tél. : 01.53.63.10.15/25 (9 h 30-12 h)
Fax : 01.53.63.82.38. saveurs@editions-burda.fr

RÉDACTION
67, rue de Dunkerque, 75009 Paris
Pour envoyer un mail, tapez prenom.nom@editions-burda.fr
Mail de la rédaction : saveurs@editions-burda.fr
Pour joindre votre correspondant, composez le **01.53.63.10** suivi des 2 derniers chiffres.
RÉDACTRICE EN CHEF : **Sylvie Gendron (28)**
RÉDACTRICE EN CHEF ADJOINTE : **Florence Falkehed (15)**
SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : **Marine Labrune (25)**
DIRECTEUR ARTISTIQUE : **Sylvain Gluais (56)**
CONSEIL VINS : **Claudine Abitbol**

RÉGIE PUBLICITAIRE
MEDIAOBS
44, rue Notre-Dame-des-Victoires, 75002 Paris
Tél. : 01.44.88.97.70. Fax : 01.44.88.97.79.
Pour joindre votre correspondant, composez le **01.44.88.** suivi des 4 derniers chiffres.
Pour envoyer un mail, tapez **pnom@mediaobs.com**
DIRECTRICE GÉNÉRALE : **Corinne Rougé (93.70)**
assistée de Julia Cabrera (93.70)
DIRECTRICE DE LA PUBLICITE : **Sandrine Kirchthaler (89.22)**
DIRECTRICE DE CLIENTÈLE : **Alexandra Horsin (89.12)**
ASSISTANTE COMMERCIALE : **Salima Maou (97.53)**
ADMINISTRATION DES VENTES : **Élodie Tannou (89.10)**
STUDIO/MAQUETTE/TECHNIQUE : **Cédric Aubry (89.05)**

ADMINISTRATION
GRAVURE : **RTK (Allemagne)**
IMPRESSION : **Druckhaus Kaufmann, Raiffeisenstrasse 29, 77933 Lahr, Allemagne. Tél. : (+49).7821.945.134.**
VENTE AU NUMÉRO : **NMPP**
DIRECTEUR DE LA DIFFUSION : **Jean-Marie Archereau**
CHEF DES VENTES : **Patricia Pugliano. Tél. : 03.88.19.25.26.**
FABRICATION : **Vision Prod. Éric Peyre. Tél. : 01.55.48.01.70.**

Saveurs est édité par la société Éditions Hubert Burda Media S.A.S. Paris, 67, rue de Dunkerque, 75009 Paris. Au capital de 2 578 243 €. N° Siret : 484 026 067 000 13. RCS : Paris B 484 026 067. N° de gestion : 2005 B 16363 Principaux actionnaires : Verlag Aenne Burda et Éditions DIPA Burda S.A.S.
Parution : 8 numéros par an.
La reproduction même partielle des articles et illustrations parus dans *Saveurs* est interdite. La rédaction n'est pas responsable des textes et photos communiqués.
APE 221 E. ISSN 0998-4623. *Printed in Germany*
Commission paritaire : 06 06 K 71502.
Dépôt légal : août 2009. Distribution : NMPP.

CARNET D'ADRESSES numéro 170

• Adonde. Tél. : 01.42.26.56.31. www.adonde.fr

•Agapè. 91, avenue J.-B.-Clément, 92100 Boulogne. Tél. : 01.47.12.04.88. www.agapedeco.com

•Astier de Villatte. 173, rue St-Honoré, 75001 Paris. Tél. : 01.42.60.74.13.

•Christiane Perrochon. www.christianeperrochon.com

•Emmanuelle Wittmann. 13, rue des Récollets, 75010 Paris. Tél. 01.43.80.01.24.

•Entrée des Fournisseurs. 8, rue des Francs-Bourgeois, 75003 Paris. Tél. : 01.48.87.58.98.

• Épices Rœllinger. 1, rue Duguesclin, 35260 Cancale. 12, rue Saint-Vincent, 35400 Saint-Malo. www.maisons-de-bricourt.com

•Éric Raffy. En vente dans les boutique Forges de Laguiole, Bon Marché, Printemps, Lafayette Maison.

•Établissements Lion. 7, rue des Abesses, 75018 Paris. Tél. : 01.46.06.64.71. www.epicerie-lion.fr

•Eurodif. www.eurodif.com

•Filf. Anti-sèche de cuisine, en vente à la boutique Le Labo, 4, passage du Grand-Cerf, 75002 Paris. Tél.: 01.40.13.01.58. Autres points de vente sur www.filf.fr

•Forge de Laguiole. 29, rue Boissy-d'Anglas, 75008 Paris. Tél.: 01.40.06.09.75. www.forge-de-laguiole.fr

•Geneviève Lethu. Tél. : 01.53.70.27.10. www.genevievelethu.fr

•Greengate. www.boutique-stylescandinave.com

• Green Pan. Tél. : 01.42.68.88.00.

•Habitat. www.habitat.fr

•Ikea. Tél. : 0.825.10.30.00.

•Isabelle de Margerie. Tél. : 01.40.40.75.87. www.idemargerie.com

•Jardin d'Ulysse. Tél. : 04.72.26.59.59.

•Jeannine Cros. 11 rue d'Assas, 75006 Paris. Tél. : 01.45.48.00.67.

•La Cerise sur le gâteau. www.lacerisesurlegateau.fr

•La Maison du Biscuit. Hameau Costard, 50270 Sortosville-en-Beaumont. Tél. : 02.33.04.09.04.www.maisondubiscuit.fr

•Lafayette Maison. 35, bd Haussmann, 75009 Paris. Tél. : 01.42.82.34.56.

•Ladurée. 16, rue Royale, 75008 Paris. Tél. : 01.42.60.21.79. www.laduree.fr

•La Marelle. www.lamarelle.net

•Le Creuset. www.lecreuset.fr. Tél. : 03.23.06.22.22.

•Lékué. Tél. : 01.40.13.01.23. www.lekue.fr

•Léonardo. Tél. : 03.88.56.85.40.

•Luminarc. Tél. : 01.53.26.14.50. www.arc-intl.com

• Magimix. Tél. : 01.43.98.36.36. www.magimix.com

•Merci. 111, bd Beaumarchais, 75003 Paris. Tél. : 01.42.77.78.93.

•Mon bento. www.monbento.com

•Monoprix. Tél. : 0.800.08.40.00. www.monoprix.fr

•Muji. 47, rue des Francs-Bourgeois, 75004 Paris. Tél. : 01.49.96.41.41. www.muji.fr

•Patricia Vieljeux. 21, rue Godefroy-Cavaignac, 75011 Paris. Tél. : 01.46.59.04.10.

• Philips. Tél. : 0.805.025.510. www.philips.fr

•Résonances. Tél. : 01.44.73.82.82. www.resonances.fr

•Ressource. 2, avenue du Maine. 75015 Paris. Tél. : 01.42.22.58.80. www.ressource-peintures.com

•Sentou Galerie. 26, bd Raspail, 75007 Paris. Tél. : 01.45.49.00.05.

•Sylvie Amar. Billot-mortier en vente aux Ets Lion.

•Yves Lambeau. Tél. : 04.90.75.50.34.

•Wedgwood. Tél. : 01.53.34.04.41.

•Wüsthof. Tél. : 03.85.25.50.40.

•Zara Home. www.zarahome.fr

PROCHAIN NUMÉRO

EN KIOSQUE LE 16 OCTOBRE

Au sommaire :
La pomme de terre, toujours un succès fou • Dépaysement assuré à Moscou ! • Des cakes tout sucrés • La chaleur du Nord et de ses estaminets • Les noix, on en casse des tonnes

V. Lhomme

J.F. Mallet

E. Fénot

J.F. Mallet

C. Lascève

TENDANCE COCKTAIL
Le Grand Lapostolle

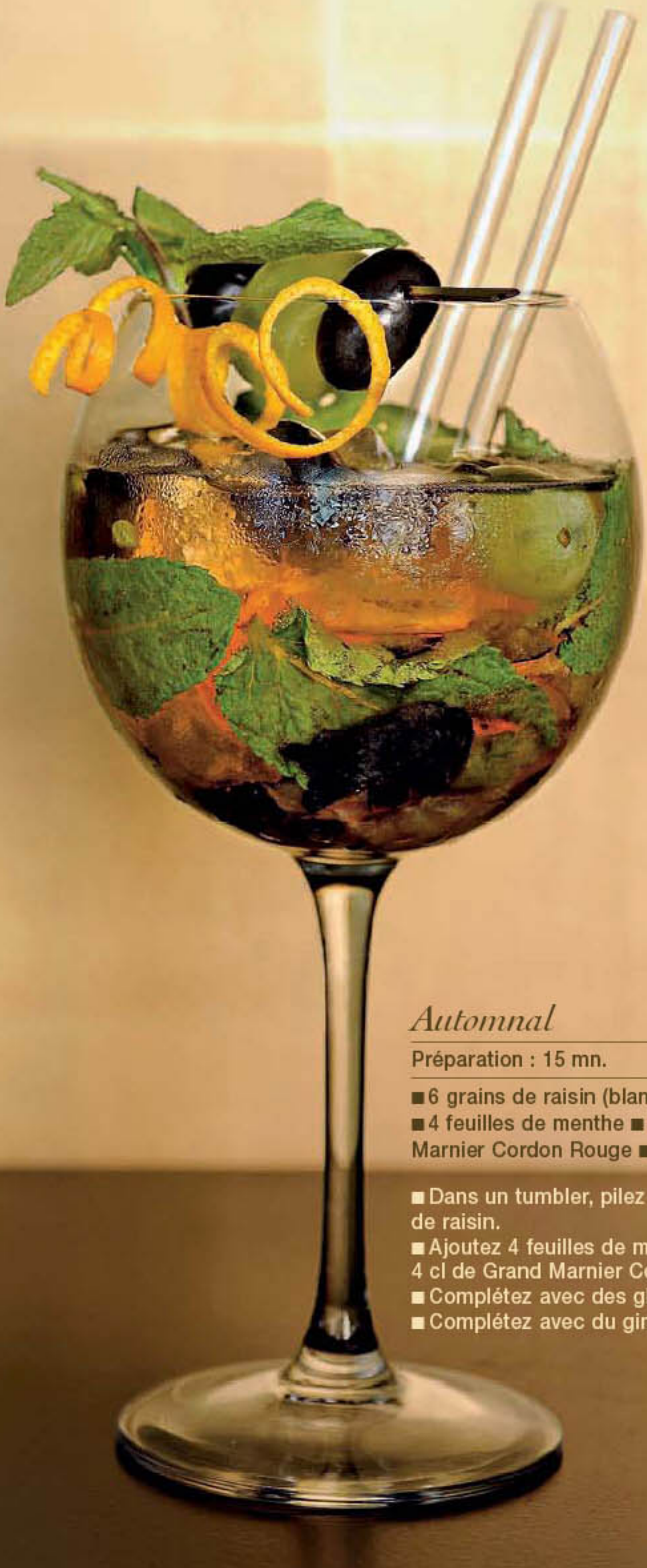
Texte Florence Falkehed. Photo Marie-José Jarry.

LE GRAND MARNIER

Savez-vous ce que contient le Grand Marnier? Dans sa bouteille parfaitement identifiable se cache un mélange subtil de cognac et d'écorces d'orange qui constituent le goût inimitable de cette liqueur. Des vignes de la région de Cognac, à la plantation familiale d'orangers en Haïti jusqu'à la distillerie de Neauphle-le-Château, c'est toute une histoire familiale que raconte cet alcool. Pour preuve, ce sont les descendants des 5e et 6e générations qui perpétuent le savoir-faire lié à la liqueur. Encore aujourd'hui trop souvent restreint au rôle d'ingrédient en pâtisserie, le Grand Marnier a su, notamment outre-Atlantique, devenir un élément clé des meilleurs cocktails. Parmi les classiques, on retrouve le Grand Sauer ou le Cosmopolitan. Dégusté frais en apéritif ou en digestif, il ne connaît qu'une limite comme l'explique le chef barman du Fouquet's Paris : « Il ne faut pas l'associer à un autre élément sucré. » C'est pourquoi dans le Grand Lapostolle, présenté ci-contre, le ginger ale vient contrecarrer sa note sucrée. Tout l'art des barmen sera donc de travailler cet aspect sucré et de jouer les meilleures alliances possibles…❖

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

Merci à Johann Lejeune, second des bars du Fouquet's Paris.



Automnal

Préparation : 15 mn.

■ 6 grains de raisin (blanc et/ou noir) ■ 4 feuilles de menthe ■ 4 cl de Grand Marnier Cordon Rouge ■ Ginger ale

■ Dans un tumbler, pilez 6 grains de raisin.
■ Ajoutez 4 feuilles de menthe. Ajoutez 4 cl de Grand Marnier Cordon Rouge.
■ Complétez avec des glaçons.
■ Complétez avec du ginger ale.

NOS 62 RECETTES
POUR CROQUER DE PLAISIR

ENTRÉES

Barquettes de rattes au carpaccio de bœuf (fiche) ..... p. 135
Crevettes panées à la noix de coco et salade de mangue épicée ..... p. 57
Flans de cresson et tomates cerise ..... p. 52
Friture de la Loire ..... p. 81
Purée d'aubergine, houmous de pois chiches et crème de fèves au tahini (fiche) ..... p. 135
Rouleaux de saint-pierre aux graines germées, sauce au wasabi (fiche) ..... p. 131
Salade aux figues caramélisées et fromage de brebis ..... p. 93
Salade de petits légumes, riz croquant ..... p. 61
Salade de sarrasin kacha au poulet et au raisin ..... p. 27
Salade niçoise ..... p. 37
Soupe de cresson au citron ..... p. 53

VIANDES

Biryani d'agneau ..... p. 45
Brochettes de poulet aux herbes ..... p. 63
Cailles braisées, champignons et muscat (fiche) ..... p. 131
Cocotte d'épaule de veau au citron ..... p. 34
Gigot d'agneau basse température ..... p. 44
Millefeuille de bœuf au wasabi ..... p. 72
Petits roulés d'agneau à l'orientale ..... p. 33
Roulés de filet mignon au lard et au comté ..... p. 35

POISSONS

Brandade de morue ..... p. 54
Cabillaud grillé au bacon et lentilles au curry ..... p. 58
Dorade grillée, sauce thaïe et riz gluant ..... p. 62
Paupiettes de saumon aux champignons (fiche) ..... p. 131
Poisson à la saint-louisienne ..... p. 109
Poisson yassa ..... p. 105
Salade de lentilles au maquereau fumé ..... p. 38
Tieboudien (fiche) ..... p. 137

POISSON À LA SAINT-LOUISIENNE

GÂTEAU DE POMMES DE TERRE AU FROMAGE DE BREBIS

CAKE AU THON, POIVRON ET CITRON CONFIT

CAILLES BRAISÉES AUX CHAMPIGNONS ET MUSCAT

LÉGUMES

Gâteau de pommes de terre au fromage de brebis (fiche) ..... p. 133
Poêlée de tofu au sésame ..... p. 25

PÂTES ET RIZ

Émincé de poulet aux mirabelles et linguine ..... p. 43
Linguine de l'amiral (fiche) ..... p. 137
Nouilles au saumon et aux algues ..... p. 26
Raviolis au chèvre frais et aux noix (fiche) ..... p. 133

DESSERTS

Coings fondants au miel (fiche) ..... p. 137
Gâteau d'épices ..... p. 29
Crème prise à la marjolaine, confiture d'abricots au muscat-du-cap-corse ..... p. 89
Fraises en tartare à la vanille, sorbet thym, coulis vanille ..... p. 29
Gâteau d'épices ..... p. 29
Gratin de quetsches aux amandes ..... p. 65
Panna cotta au praliné ..... p. 30
Poires au sirop de gingembre et piment ..... p. 64
Poires pochées au vin doux ..... p. 69
Raisin poêlé et sabayon ..... p. 68
Scones au son d'avoine et figues sèches (fiche) ..... p. 135
Spéculoos aux amandes ..... p. 40
Tarte aux mirabelles et spéculoos ..... p. 43
Tarte Tatin ..... p. 74
Tatin de poires aux amandes et thym frais ..... p. 59

AUTRES

Blinis de cresson et chantilly au cumin (fiche) ..... p. 131
Cake au thon, poivron et citron confit ..... p. 37
Cocktail Le grand Lapostolle ..... p. 128
Configelée de mûres aux baies roses (fiche) ..... p. 135
Confiture de châtaignes à la fève tonka ..... p. 50
Confiture de mirabelles au gingembre ..... p. 49
Confiture de pommes au romarin et miel ..... p. 47
Confiture de rhubarbe et fraises remontantes ..... p. 48
Grissini au romarin ..... p. 20
Pommes d'amour ..... p. 67
Sablés au fromage de brebis et cerises noires ..... p. 94
Sablés au fromage de chèvre (fiche) ..... p. 133

VIANDE

SAVEURS

CAILLE BRAISÉE AUX CHAMPIGNONS ET AU MUSCAT

POISSON

SAVEURS

PAUPIETTES DE SAUMON AUX CHAMPIGNONS

AUTRE

SAVEURS

BLINIS DE CRESSON ET CHANTILLY AU CUMIN

ENTRÉE

SAVEURS

ROULEAUX DE SAINT-PIERRE AUX GRAINES GERMÉES

PAUPIETTES DE SAUMON AUX CHAMPIGNONS

PRÉPARATION : 30 MN. CUISSON : 25 MN. POUR 4 PERSONNES :

■ 8 fines tranches de saumon de 80 g environ taillées dans la partie large du filet ■ 450 g de champignons de Paris ■ 40 g de beurre ■ 2 échalotes ■ 2 c. à soupe de vinaigre de Xérès ■ 2 c. à soupe d'huile d'olive ■ 1 botte de ciboulette ■ Sel, poivre

■ Nettoyez les champignons. Coupez la moitié en petits morceaux, hachez le reste.

■ Faites fondre 3 mn les échalotes hachées, dans une casserole, avec 20 g de beurre. Ajoutez les champignons hachés, salez, poivrez, laissez-les cuire 15 mn sur feu moyen jusqu'à évaporation complète de leur eau.

■ Faites sauter les champignons en morceaux dans une poêle avec le reste du beurre. En fin de cuisson, déglacez la poêle avec le vinaigre. Salez, poivrez.

■ Préchauffez le four à 180°C. Déposez une cuillerée de champignons hachés cuits au centre de chaque tranche de saumon. Refermez en forme de paupiette, puis ficelez-les.

■ Posez les paupiettes dans un plat, arrosez-les d'huile d'olive, salez, poivrez. Mettez les paupiettes à cuire 5 à 7 mn au four.

■ Sortez les paupiettes, servez-les aussitôt avec les champignons au vinaigre, parsemez de ciboulette au dernier moment.

Notre conseil vin : un chablis grand cru.

Assiettes Emmanuelle Wittmann, serviette Jeannine Cros.

SAVEURS N° 170

CAILLE BRAISÉE AUX CHAMPIGNONS ET AU MUSCAT

PRÉPARATION : 20 MN. CUISSON : 35 MN. POUR 4 PERSONNES :

■ 4 grosses cailles ■ 60 g de beurre ■ 2 c. à soupe d'huile de tournesol ■ 15 cl de muscat ou de banuyls ■ 20 cl de jus de volaille ■ 500 g de mélange de champignons frais ou surgelés (girolles, cèpes, chanterelles) ■ 16 grains de raisin ■ Sel, poivre

■ Salez et poivrez l'intérieur des cailles, mettez 1 c. à soupe de muscat à l'intérieur de chaque caille, puis ficelez-les. Faites-les dorer sur toutes leurs faces, dans une cocotte, dans l'huile avec 20 g de beurre.

■ Versez le reste du muscat dans la cocotte, laissez réduire d'1/3 sur feu vif, puis versez le jus de volaille. Couvrez la cocotte, laissez cuire 20 à 25 mn en retournant les cailles à mi-cuisson.

■ Nettoyez et émincez les champignons si besoin, faites-les sauter quelques minutes dans une poêle avec 20 g de beurre. Lorsqu'ils sont cuits, ajoutez les grains de raisin, salez, poivrez.

■ Retirez les cailles de la cocotte, faites réduire la sauce si elle est trop liquide. Ajoutez 20 g de beurre, fouettez la sauce. Remettez les cailles dans la cocotte avec les champignons et les raisins. Chauffez doucement sans faire bouillir et servez.

Notre conseil vin : un corbières rouge.

Assiette Astier de Villatte.

SAVEURS N° 170

ROULEAUX DE SAINT-PIERRE AUX GRAINES GERMÉES

PRÉPARATION : 20 MN. POUR 4 PERSONNES :

■ 8 petites feuilles de riz ■ 100 g de filet de saint-pierre sans la peau ■ 125 g de graines germées (alfala, chou rouge, fenouil…) ■ 24 feuilles de menthe ■ 3 oignons frais ■ 1 pointe de pâte de wasabi ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ Sel

■ Nettoyez le poisson sous un filet d'eau fraîche, enlevez les arêtes et tranchez-le en fines lamelles.

■ Déposez les feuilles de riz une à une dans l'eau chaude pour les assouplir. Émincez finement les oignons dans la hauteur en gardant les tiges vertes.

■ Au centre de chaque feuille, déposez 3 feuilles de menthe, puis un petit tas de graines, des lamelles de poisson, quelques brins d'oignon, puis à nouveau un peu de graines sur le dessus. Salez. Roulez la feuille de riz sur la garniture en maintenant le tout bien serré. Couvrez d'un film alimentaire et gardez au frais jusqu'au moment du repas.

■ Préparez la sauce en mélangeant la pâte de wasabi et l'huile d'olive.

■ Dégustez les rouleaux de saint-pierre accompagnés de la sauce.

Notre conseil vin : un côtes-de-provence blanc.

NOTA BENE. Vous trouverez les feuilles de riz et la pâte de wasabi (une pâte verte très piquante à base de raifort japonais) dans les épiceries asiatiques ou bien au rayon exotique des grandes surfaces.

Petite, moyenne et grande assiettes japonaises en bagasse Boutique Merci, coupelle à sauce Agapè.

SAVEURS N° 170

BLINIS DE CRESSON ET CHANTILLY AU CUMIN

PRÉPARATION : 20 MN + 1 H. CUISSON : 3-4 MN.
POUR UNE DIZAINE DE BLINIS :

■ 160 g de farine ■ 2 œufs ■ 20 cl de lait ■ 5 cl de crème ■ 20 g de levure fraîche de boulanger ■ 5 g de sel ■ 1 botte de cresson
Pour la chantilly ■ 20 cl de crème très froide ■ 1 c. à soupe de cumin en poudre ■ 1 pincée de sel

■ Lavez le cresson et effeuillez-le délicatement. Réservez les feuilles.

■ Faites tiédir le lait (sans le faire bouillir) et réservez-le quelques minutes.

■ Dans un premier saladier, émiettez la levure de boulangerie et ajoutez la farine.

■ Séparez les blancs des jaunes d'œufs, réservez les blancs au frais et fouettez les jaunes avec le lait tiède et la crème dans un autre saladier.

■ Incorporez ensuite la farine et la levure. Mélangez bien le tout afin d'obtenir une préparation homogène.

■ Salez et laissez reposer la pâte 1 h au moins dans un endroit tiède.

■ Préparez la chantilly en fouettant la crème liquide bien froide. Salez et ajoutez la poudre de cumin. Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

■ Lorsque la pâte à blinis a gonflé, fouettez les blancs en neige ferme et incorporez-les délicatement à la préparation. Ajoutez les feuilles de cresson réservées.

■ Faites chauffez une poêle à blinis huilée et faites-y cuire les blinis 2 mn de chaque côté.

■ Servez-les encore tièdes accompagnés de chantilly au cumin.

Notre conseil vin : un menetou-salon blanc.

Assiette et coupelle Emmanuelle Wittmann, peinture Ressources.

PÂTES ET RIZ

SAVEURS

RAVIOLIS AU CHÈVRE FRAIS ET AUX NOIX

LÉGUMES

SAVEURS

GÂTEAU DE POMMES DE TERRE AU FROMAGE DE BREBIS

AUTRE

SAVEURS

SABLÉS AU FROMAGE DE CHÈVRE

RELIURES SAVEURS

EN EXCLUSIVITÉ

Un objet pratique et élégant pour ranger tous les numéros de l'année !

COMMANDEZ SANS TARDER VOS RELIURES

Chaque reliure peut contenir jusqu'à 10 numéros.

SAVEURS N° 170

GÂTEAU DE POMMES DE TERRE AU FROMAGE DE BREBIS

PRÉPARATION : 20 MN. CUISSON : 1 H. POUR 4 PERSONNES :

■ 1 kg de pommes de terre (type bintje) ■ 100 g de fromage de brebis des Pyrénées ■ 100 g de beurre ■ Sel et poivre du moulin
Ustensiles ■ 1 moule à manqué de 20 cm de diamètre ■ 1 pinceau à pâtisserie

■ Préchauffez le four à 200°C.

■ Épluchez les pommes de terre, rincez-les sous l'eau froide et essuyez-les. Avec une mandoline ou un petit couteau, coupez chaque pomme de terre en tranches fines.

■ Faites fondre le beurre dans une casserole ou au micro-ondes (le beurre doit juste être fondu et pas cuit). Détaillez le fromage en copeaux avec un couteau économe.

■ Beurrez au pinceau le moule. Disposez une première couche de fines tranches de pommes de terre en les faisant se chevaucher. Beurrez au pinceau, salez, poivrez. Disposez quelques copeaux de fromage sur les pommes de terre et disposez à nouveau une couche de pommes de terre. Procédez de la même manière jusqu'à épuisement des pommes de terre en terminant par une couche de pommes de terre.

■ Enfournez pour 1 heure.

■ Renversez le gâteau sur un plat et dégustez avec une salade.

Notre conseil vin : un pessac-léognan rouge.

SAVEURS N° 170

RAVIOLIS AU CHÈVRE FRAIS ET AUX NOIX

PRÉPARATION : 1 H 15. CUISSON : 30 MN. POUR 4 À 6 PERSONNES (ENVIRON 50 RAVIOLIS) :

Pour la pâte ■ 250 g de farine ■ 2 œufs ■ 10 cl d'eau ■ 1 pincée de sel
Pour la farce ■ 300 g de chèvre frais ■ 125 g de chair de porc et volaille hachée fin ■ 2 c. à soupe d'huile de noix ■ 1 grosse poignée de noix hachées ■ 1 bouquet de fines herbes ■ Beurre
Pour la sauce ■ 20 cl de crème liquide ■ 10 cl de vin blanc ■ 4 belles feuilles de sauge ■ Sel, poivre

■ La pâte. Dans un saladier, mélangez les ingrédients de façon à former une boule de pâte homogène. Réservez au frais.

■ La farce. Dans une poêle, faites revenir la chair de porc et de volaille avec un peu de beurre. Réservez.

■ Dans une jatte, mélangez la chair avec les autres ingrédients de la farce. Salez, poivrez. Réservez au frais.

■ La sauce. Faites réduire à très petit feu la crème et le vin, pendant 20 mn. Ajoutez ensuite la sauge ciselée. Salez et poivrez.

■ Les raviolis. Étalez finement la pâte à raviolis et découpez des ronds à l'aide d'un emporte-pièce (env. 7 cm de diamètre). Disposez de la farce au centre de chaque rond, humidifiez légèrement les bords, repliez en deux en fermant bien les bords.

■ Cuisez les raviolis 5 à 6 mn dans l'eau bouillante. Égouttez-les, puis faites dorer les raviolis quelques secondes à la poêle, dans un peu de beurre.

■ Dégustez avec la sauce.

Notre conseil vin : un quincy.

Une recette de Anne-Fabienne Bouvier, La Ferme Blanche à Cussay (Touraine)

BON DE COMMANDE RELIURES SAVEURS

Bulletin à renvoyer, accompagné de votre règlement par chèque ou complété de votre numéro de carte bancaire, sous enveloppe affranchie à :
Saveurs, 67, rue de Dunkerque, 75009 Paris.

► J'indique mes coordonnées ☐ Mlle ☐ Mme ☐ M.

Nom : ....

Prénom : ....

Adresse : ....

....

Ville : ....

Code Postal : |_|_|_|_|_| Téléphone : |_|_| |_|_| |_|_| |_|_| |_|_|

► Je coche mon choix

	Prix	Frais d'envoi* France métropolitaine	Prix total TTC
☐ 1 RELIURE	19,95 €	4,75 €	24,70 €
☐ 2 RELIURES	35 €	9,50 €	44,50 €
☐ 3 RELIURES**	45 €	14,25 €	59,25 €

DÉLAI DE LIVRAISON : 8 SEMAINES.

* Dom-Tom et étranger, frais d'envoi sur demande au 03.88.66.86.11.

** Au-delà de 3 exemplaires, nous contacter au 03.88.66.86.11.

► J'indique mon mode de règlement

☐ Par chèque bancaire ou postal à l'ordre de "EHBM"

☐ Par CB |_|_|_|_| |_|_|_|_| |_|_|_|_| |_|_|_|_|

Date d'expiration : |_|_||_|_|

Indiquez ici les 3 derniers numéros qui figurent au dos de votre carte |_|_|_|

▼ DATE ET SIGNATURE OBLIGATOIRES ▼

► J'indique le montant total de ma commande

Les informations qui vous sont demandées sont indispensables au traitement de votre demande et sont communiquées aux destinataires le traitant. Vous disposez d'un droit d'accès et de rectification de vos coordonnées qui, sauf opposition de votre part, pourront être cédées à des organismes extérieurs (loi du 06-01-1978). Saveurs. 67, rue de Dunkerque, 75009 Paris.

SAVEURS N° 170

SABLÉS AU FROMAGE DE CHÈVRE

PRÉPARATION : 20 MN. REPOS : 2 H. CUISSON : 10 MN. POUR UNE QUARANTAINE DE SABLÉS :

■ 350 g de farine ■ 180 g de beurre salé ■ 2 œufs ■ 50 g de sucre ■ 200 g de fromage de chèvre frais

■ Mélangez bien tous les ingrédients et laissez reposer 2 h.

■ Préchauffez le four à 150°C. Étalez la pâte au rouleau. Découpez des disques de pâte à l'aide d'un verre ou d'un emporte-pièce de 5 cm de diamètre environ.

■ Déposez-les sur une plaque à four et enfournez pour 10 mn env.

Notre conseil vin : un sancerre blanc.

Une recette de Anne-Fabienne Bouvier, La Ferme Blanche, à Cussay (Touraine).

ENTRÉE

SAVEURS

BARQUETTES DE RATTE AU CARPACCIO DE BŒUF

AUTRE

SAVEURS

CONFIGELÉE DE MÛRES AUX BAIES ROSES

AUTRE

SAVEURS

SCONES AU SON D'AVOINE ET FIGUES SÈCHES

ENTRÉE

SAVEURS

PURÉE D'AUBERGINE, HOUMOUS DE POIS CHICHES ET CRÈME DE FÈVES AU TAHIN

SAVEURS N° 170

CONFIGELÉE DE MÛRES AUX BAIES ROSES

PRÉPARATION : 10 MN. CUISSON : 15 À 20 MN. POUR ENVIRON 1,2 KG :

■ 1 kg de mûres sauvages ■ 750 g de sucre cristal
■ Le jus de 2 gros citrons jaunes ■ 1 c. à café bombée de baies roses
Ustensile ■ 1 moulin à légumes muni d'une grille fine

■ Lavez rapidement les mûres sous l'eau fraîche.

■ Dans un faitout ou une bassine à confiture, réunissez le sucre et le jus des 2 citrons.

■ Mélangez et portez doucement à frémissement.

■ Lorsque le sucre s'est transformé en sirop (comptez environ 5 mn), ajoutez les mûres.

■ Portez à nouveau à ébullition, puis laissez frémir 10 mn.

■ Passez ensuite les mûres au moulin à légumes pour éliminer les pépins.

■ Versez à nouveau la préparation dans le faitout, ajoutez les baies roses et portez à ébullition pendant 5 mn.

■ Répartissez la configelée dans des pots bien secs, couvrez aussitôt et laissez refroidir.

SAVEURS N° 170

BARQUETTES DE RATTE AU CARPACCIO DE BŒUF

PRÉPARATION : 10 MN. CUISSON : 10 MN. POUR 4 PERSONNES :

■ 250 g de petites pommes de terre (rattes) ■ 100 g de carpaccio de bœuf ■ 2 c. à soupe d'olives noires hachées ■ 1 c. à soupe d'huile de noisette ■ Sel, poivre du moulin

■ Plongez les pommes de terre, avec leur peau, dans une casserole d'eau froide salée. Portez à ébullition et comptez 10 mn de cuisson à partir de l'ébullition. Égouttez et laissez refroidir.

■ Fendez les pommes de terre en deux dans la longueur. Recouvrez d'olives hachées et d'1 tranche de carpaccio de bœuf. Salez, poivrez et arrosez d'un filet d'huile de noisette.

Set de table Venillia Boutique en vente au Lafayette Maison, pilon à caipririnha Leonardo, coupelle papillon Lafayette Maison, verre à tapas et plateau blanc Zara Home.

SAVEURS N° 170

PURÉE D'AUBERGINE, HOUMOUS DE POIS CHICHES ET CRÈME DE FÈVES AU TAHIN

PRÉPARATION : 45 MN. CUISSON : 35 MN. POUR 4 PERSONNES :

■ 1 boîte de pois chiches cuits de 400 g ■ 3 petites aubergines ■ 400 g de fèves surgelées décortiquées ■ Piment de Cayenne en poudre ■ Cumin en poudre ■ Coriandre en poudre ■ Paprika doux, fort ou fumé ■ Zaatar en poudre (voir conseil) ■ 2 gousses d'ail ■ 3 c. à soupe de tahin ■ 3 c. à soupe d'huile d'olive ■ 2-3 citrons ■ Sel, poivre du moulin

■ Faites griller les aubergines sous le gril du four, 30 mn environ, en les retournant régulièrement (la peau doit noircir). Laissez refroidir, puis récupérez la chair et mettez-la dans un chinois pour la faire égoutter 20 mn.

■ Mixez grossièrement la chair des aubergines avec 1 c. à soupe de tahin, 1 c. à café de paprika et 1 pincée de piment de Cayenne, 1 gousse d'ail pelée, dégermée et écrasée, 1 c. à soupe d'huile d'olive, le jus d'1/2 citron, du sel et du poivre. Réservez au frais.

■ Portez une grande quantité d'eau salée à ébullition et plongez les fèves pendant 3 mn. Égouttez. Mixez les fèves avec 1 c. à soupe de tahin, 1/2 c. à café de cumin et 1/4 c. à café de coriandre en poudre, 1 gousse d'ail pelée, dégermée et écrasée, 1 c. à soupe d'huile d'olive, 1 filet de jus de citron, du sel et du poivre. Réservez au frais.

■ Mixez les pois chiches égouttés et rincés avec 1 c. à soupe de tahin, 1 c. à café de zaatar, le jus d'1/2 citron (au moins, goûtez pour ajuster la quantité), 1 c. à soupe d'huile d'olive, 1 pincée de piment de Cayenne.

■ Réservez les préparations au frais pendant 1 h minimum.

■ Servez avec des viandes froides et de la charcuterie, des légumes grillés marinés, du pain pita ou de la ciabatta croustillante.

Notre conseil vin : un côtes-de-toul gris.

CONSEIL. Le zaatar est un mélange d'épices du Moyen-Orient à base de thym, sésame et sumac, sous forme de poudre grossière. Il est vendu dans les épiceries fines ou orientales.

SAVEURS N° 170

SCONES AU SON D'AVOINE ET FIGUES SÈCHES

**PRÉPARATION : 15 MN. CUISSON : 20 MN.
POUR 6 PERSONNES (12 SCONES ENVIRON) :**

■ 300 g de farine ■ 1/2 sachet de levure chimique ■ 100 g de son d'avoine ■ 100 g de sucre ■ 75 g de beurre ■ 25 cl de lait + 5 cl pour dorer ■ 6 figues sèches ■ 1 pincée de sel

■ Préchauffez le four à 180°C.

■ Tamisez la farine et la levure et mélangez avec le sucre, le son d'avoine et le sel. Ajoutez le beurre coupé en morceaux et travaillez le tout pour obtenir un mélange sableux. Incorporez les figues coupées en petits dés.

■ Faites un puits au milieu et ajoutez le lait petit à petit en mélangeant à l'aide d'une fourchette, sans trop travailler la pâte.

■ Formez une boule et étalez la pâte sur 2 cm d'épaisseur sur une surface légèrement farinée. Découpez 12 scones à l'aide d'un emporte-pièce ou d'un verre de 6 cm de diamètre environ. Badigeonnez de lait le dessus des scones, à l'aide d'un pinceau.

■ Déposez les scones sur une plaque à four recouverte de papier sulfurisé et faites cuire pendant 18-20 mn.

■ Servez au petit-déjeuner ou à l'heure du thé avec de la crème fouettée, de la confiture ou du beurre.

PÂTES

SAVEURS

LINGUINE DE L'AMIRAL

POISSON

SAVEURS

TIEBOUDIEN

DESSERT

SAVEURS

COINGS FONDANTS AU MIEL

OFFRE SPÉCIALE D'ABONNEMENT

On continue de vous gâter pour

l'anniversaire de Saveurs

1 AN
7 numéros
+
1 hors-série spécial fêtes

20% de réduction pour les 20 ans de Saveurs

31,60 € *seulement*

au lieu de 39,30 € prix kiosque

SAVEURS N° 170

TIEBOUDIEN

PRÉPARATION : 30 MN. CUISSON : 1 H 30. POUR 6 PERSONNES :

■ 6 tranches de mérou ■ 600 g de brisures de riz ■ 2 oignons ■ 4 carottes ■ 1 chou vert ■ 2 navets ■ 1 tubercule de manioc ■ 1 tranche de potiron ■ 1 petite boîte de concentré de tomate ■ 50 g de guedjef et 1 morceau de yète (si possible, voir conseil ci-dessous) ■ 1 bouillon cube ■ 1 piment ■ Sel ■ Huile d'arachide

■ Dans une sauteuse, faites dorer les morceaux de mérou dans de l'huile. Lavez, épluchez et coupez en gros cubes les carottes, le chou vert, les navets, le manioc et le potiron.

■ Dans une grande marmite, faites revenir la moitié des oignons émincés dans de l'huile.

■ Ajoutez le concentré de tomate après l'avoir délayé dans un peu d'eau. Mélangez bien, versez 1 litre d'eau et faites bouillir.

■ Ajoutez tous les légumes, ainsi que le reste des oignons émincés et le bouillon cube. Salez et ajoutez le piment entier.

■ Laissez cuire pendant 1 h, puis ajoutez le poisson et laissez cuire 15 à 20 mn.

■ Ôtez à l'aide d'une écumoire tous les ingrédients et maintenez-les au chaud. Faites cuire le riz dans le bouillon. Dressez sur un grand plat le riz égoutté, les légumes et le poisson.

Notre conseil vin : un saumur rouge.

CONSEIL. Si vous optez pour un poisson entier plutôt que des morceaux, vous pourrez farcir le poisson d'un mélange d'ail, oignons et persil finement hachés. Le guedjef et le yète sont du poisson séché et un coquillage fumé et séché, forts en goût, qui parfument le bouillon.

SAVEURS N° 170

LINGUINE DE L'AMIRAL

PRÉPARATION : 45 MN. CUISSON : 30 MN. POUR 6 PERSONNES :

■ 500 g de linguine ■ 6 calamars nettoyés ■ 12 gambas sauvages ■ 1 litre de moules ■ 500 g de palourdes ■ 6 sarans ou petits rougets écaillés et vidés ■ 1 poivron rouge ■ 1 oignon ■ 1 citron confit au sel ■ 100 g de roquette ■ 15 cl de soupe de poisson ■ 15 cl de sauce tomate ■ 10 cl de sauce soja ■ 5 cl d'huile d'olive ■ 5 cl de vin blanc ■ 6 cl d'huile de persillade (huile d'olive mixée avec une gousse d'ail et des feuilles de persil plat) ■ 2 pincées de piment d'Espelette

■ Faites cuire les linguine al dente. Rincez à l'eau froide et versez un filet d'huile.

■ Épluchez et émincez le poivron et l'oignon. Coupez le citron confit en petits dés.

■ Dans une grande poêle, faites suer la moitié du citron, de l'oignon et du poivron. Faites-y ouvrir à feu fort les moules et les palourdes, avec le vin blanc et 2 cl de sauce soja. Réservez dans un plat.

■ Dans la même poêle, faites ensuite revenir les calamars, les gambas et les rougets. Déglacez avec 2 cl de sauce soja et la moitié d'huile de persillade. Versez la soupe de poisson et la sauce tomate. Débarrassez et réservez.

■ Toujours dans la même poêle, faites suer le reste des dés de poivron, oignon et citron dans l'huile d'olive. Faites-y ensuite sauter les pâtes et ajoutez, dans l'ordre, le reste de l'huile de persillade, le piment d'Espelette et la roquette.

■ Lorsque les pâtes sont bien revenues, ajoutez les deux préparations précédentes, réchauffez le tout quelques minutes.

■ Servez immédiatement.

Notre conseil vin : un patrimonio rosé.

Une recette du Domaine de Murtoli (Corse).

Oui, je m'abonne à SAVEURS, le magazine de l'art de vivre gourmand

À retourner avec votre règlement sous enveloppe affranchie à :
ABO PRESS EHBM - 19, rue de l'Industrie - BP 90053 - 67402 ILLKIRCH Cedex

❑ **OUI,** je profite de mon offre exceptionnelle
(7 numéros avec 1 hors-série spécial fêtes)
au prix de **31,60 € seulement** au lieu de 39,30 €.
Soit une économie de 20 %

Nom/Prénom ....

....

Adresse ....

....

Ville .... Code postal |_|_|_|_|_|

Téléphone ....

Je joins mon règlement :

❑ Par chèque bancaire ou postal à l'ordre de **« SAV/EHBM »**

❑ Par carte bancaire (portant le logo CB) Expire fin : |_|_|_|_|

|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

Notez ici les 3 derniers chiffres situés au dos de votre carte bancaire : |_|_|_|

Signature obligatoire :

SAV 170FR

Offre valable jusqu'au 31-10-2009, réservée à la France métropolitaine. Pour les DOM-TOM et l'étranger, nous consulter. En application de l'article 27 de la loi du 06/01/1978, les informations qui vous sont demandées sont indispensables au traitement de votre abonnement et sont communiquées aux destinataires le traitant. Vous bénéficiez d'un droit d'accès et de modification des données qui vous concernent. Sauf refus de votre part au service abonnements, ces informations pourront être utilisées par des tiers.

SAVEURS N° 170

COINGS FONDANTS AU MIEL

PRÉPARATION : 10 MN. CUISSON : 1 H-1 H 30 ENVIRON. POUR 4 PERSONNES :

■ 4 coings ■ 40 g de beurre ■ 3 c. à soupe de miel ■ 3 c. à soupe de sucre ■ 1 gousse de vanille ■ 1 bonne pincée de cannelle (ou 1 bâton) ■ Le jus d'1/2 citron ■ 10 cl d'eau

■ Lavez et séchez les coings, puis rangez-les dans un tagine (ou une cocotte).

■ Mélangez le miel et les graines de la gousse de vanille fendue en deux. Arrosez les coings de jus de citron, puis badigeonnez de miel à la vanille et ajoutez la cannelle et le sucre. Répartissez des noisettes de beurre. Versez l'eau. Couvrez et faites cuire sur feu doux à moyen pendant 1 h-1 h 30 environ en arrosant régulièrement de jus de cuisson.

■ Servez tiède avec de la crème anglaise, de la glace vanille ou de la crème épaisse.

NOTA BENE. N'oubliez pas de retirer la peau avant de déguster.

Assiette Christiane Perrochon. Linge ancien Jeannine Cros.

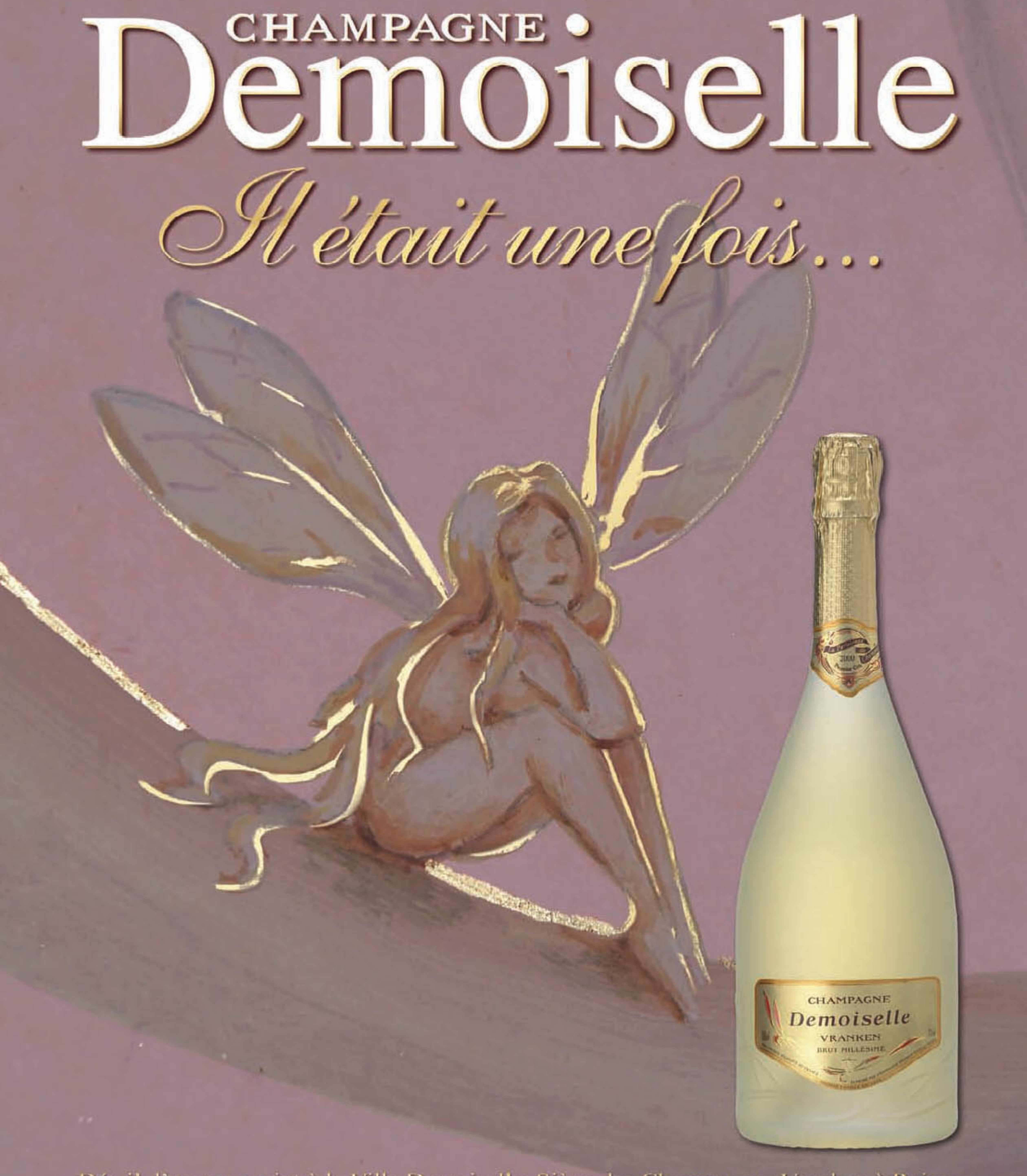
Croustillante pita aux olives, moussaka légère ou savoureuse tarte au lait, voici enfin la véritable cuisine grecque à portée de nos fourchettes !

Retrouvez Dina Nikolaou dans «Ma Cuisine grecque», une émission culinaire diffusée sur la chaîne CUISINE.TV
TOUS LES LUNDIS À 12H15 À PARTIR DU 7 SEPTEMBRE...

CUISINE.TV
pour être bien cuisinez mieux

CUISINE.TV est diffusée en France sur le câble et CANALSAT
Retrouvez toutes les recettes sur www.cuisine.tv

Photo : Djamel Dine Zitout / Design : Quelquechose suit son cours



Détail d'un mur peint à la Villa Demoiselle. Siège des Champagnes Vranken à Reims.
L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.